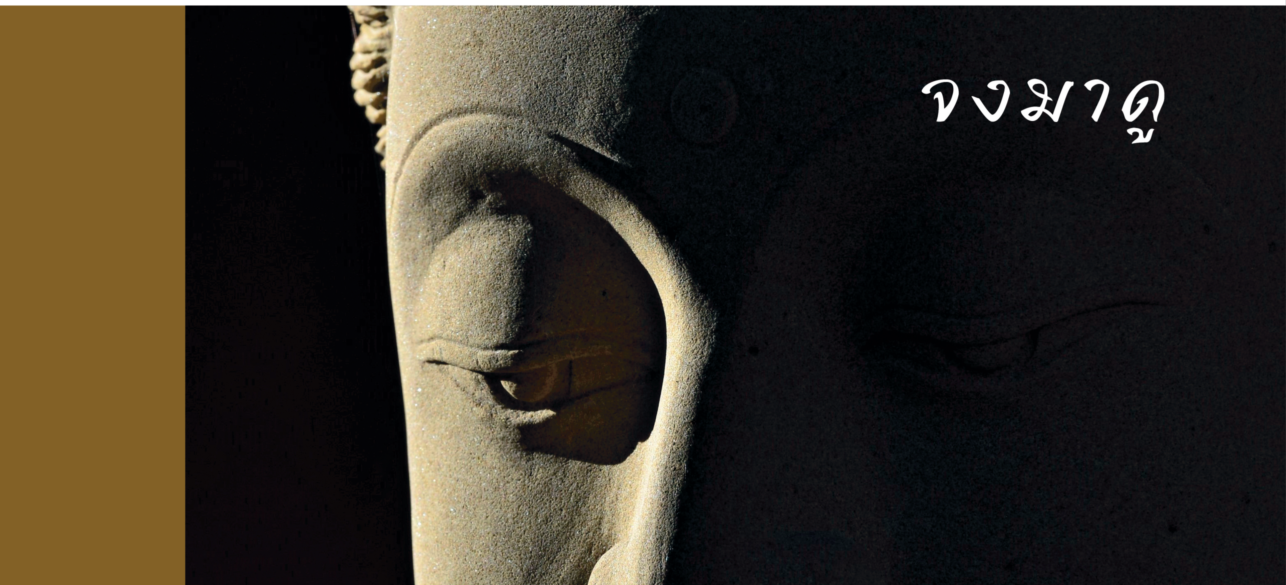


ปสนฺโน ภิกฺขุ

จงมาดู

มุทิตาสักการะ พระราชโพธิวิเทศ วิ.
เนื่องในโอกาสรับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์
และอายุวัฒนมงคล ๗๐ ปี

อนุโมทนากถา

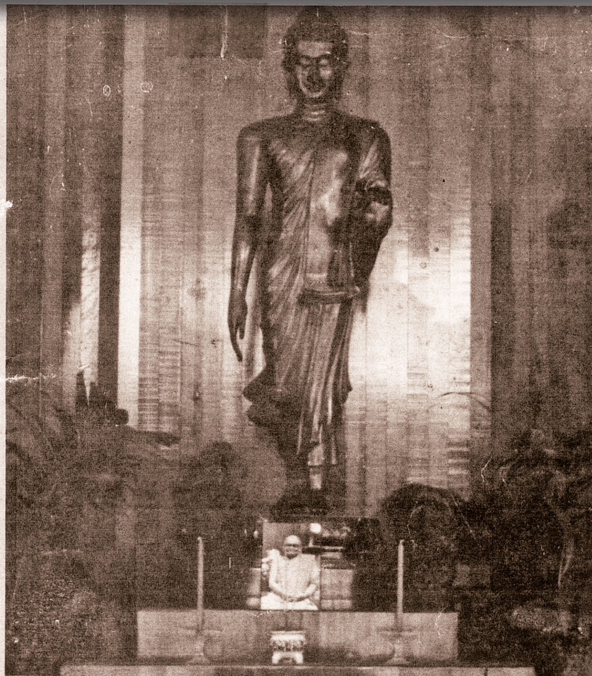
ปี ๒๕๖๒ นี้อาตมาจะมีอายุครบ
รอบ 70 ปี คณะศรัทธาญาติ
โยม แสดงกุศลเจตนา ขอ
พิมพ์หนังสือเล่มแรก ของ
อาตมา "จงมาดู" อีกครั้ง

หนังสือ "จงมาดู" พิมพ์ครั้งแรก เมื่อ
ปี ๒๕๓๕ ฉลองโอกาสที่อาตมาเป็น
เจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติครบ ๑๐ ปี
ปัจจุบันหนังสือ เล่มนี้ หายากมาก
มีญาติโยม เพียงไม่กี่คนเท่านั้น
ที่เคยอ่าน

แม้เวลาจะล่วงเลยไปนานแล้ว
แต่อาตมาหวังว่าธรรมะที่แสดง
เมื่อครั้งอาตมายังมีพรรษาไม่มาก
จะ ยังคงมีประโยชน์ และคุณค่า
แม้ทุกวันนี้

ขออนุโมทนาให้กุศลเจตนาที่ดี
งาม ในการเผยแผ่ธรรมะ
ครั้งนี้ นำมาซึ่งความสุขและ
ความเจริญงอกงามในธรรม
ของญาติโยมทุกท่าน ที่มีส่วน
ร่วม ในการจัดพิมพ์หนังสือ
เล่มนี้ เทอญ

พระราชโพธิวิเทศ



จงมาดู

ท่านอาจารย์พระปสันโน

วัดป่านานาชาติ บ้านบุ่งหวาย อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

อนุโมทนากถา

เนื่องด้วยคณะศรัทธาได้มีความประสงค์ที่จะพิมพ์หนังสือเพื่อเป็นการฉลองการครบรอบการเป็นเจ้าอาวาสที่วัดป่านานาชาติ 10 ปี ก็ได้รวบรวมธรรมเทศนาของอาตมาได้ 4 กัณฑ์ ตอนแรกคณะศรัทธาว่าจะเป็น "ความลับ" และจะได้ถวายเพื่อแจกเผยแพร่ แต่เพราะไม่มีความลับในโลกอาตมาได้โอกาสดีที่จะได้อนุโมทนาในเจตนาที่เป็นกุศลของผู้จัดทำ และเป็นโอกาสที่จะระลึกไว้อยู่เสมอว่า เมื่อความลับไม่มีในโลก เราทุกคนต้อง 'จงมาดู' ตัวเอง เพื่อทำสิ่งที่ดีงามให้เกิดขึ้นกับเรา

ขออนุโมทนาทุกท่านที่มีส่วนช่วยในการทำหนังสือเล่มนี้ให้เสร็จสำเร็จ

พระปสนฺโน ภิกขุ

๒๙ ก.พ. ๒๕๓๕

จงมาดู

ปสันโนภิกขุ (พระราชโพธิวิเทศ วิ.)

พิมพ์ครั้งที่ ๑ มีนาคม ๒๕๓๕ จำนวน ๑๕,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๒ จำนวน ๖,๐๐๐ เล่ม

ที่ปรึกษา พระครูปลัดภูวดล ปิยสีโล (ปิยสีโลภิกขุ) / Kovilo Bhikkhu
คุณดวงกมล สุวิชชากุล

รวบรวมต้นฉบับ สกล แต้ศิริเวชช์

ภาพถ่าย สมคิด ชัยจิตวนิช / สุขสันติ์ แก้วสง่า
วัดป่าอภัยคีรี สหรัฐอเมริกา / Suhajjo Bhikkhu / Jagaro Bhikkhu / วัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ /
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

ศิลปกรรม/รูปเล่ม สุดธิดา สุทธิกุลพาณิช / บริษัท ไซรัป จำกัด / สุมิตรา ศรีศุภรัตน์ / ณัฐภรณ์ โกฮวด /
อรอนงค์ สิทธิวณิชย์

จัดทำโดย คณะศิษย์ วัดป่าอภัยคีรี

พิมพ์ที่ บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)
๓๗๖ ถนนชัยพฤกษ์ แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๒๔๒๒ ๙๐๐๐ โทรสาร ๐ ๒๔๓๓ ๒๗๔๒

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน ติดต่อ วัดป่าอภัยคีรี

๑๖๒๐๑ ถนนทอมไค เมืองเรดวู้ดแวลลีย์ มลรัฐแคลิฟอร์เนีย ๙๕๔๗๐ ประเทศสหรัฐอเมริกา

โทร. ๗๐๗ ๔๘๕ ๑๖๓๐ www.abhayagiri.org

Abhayagiri Buddhist Monastery

16201 Tomki Road, Redwood Valley, California, 95470, USA

Tel. 707 485 1630 www.abhayagiri.org

สุดธิดา สุทธิกุลพาณิช ldasthailand.design@gmail.com โทรศัพท์ ๐ ๒๓๘๑ ๙๓๕๗

คำนำ

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา **พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว** เมื่อวันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ ทรงพระมหากรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ พระโพธิญาณวิเทศ วิ. เป็นพระราชาคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ในราชทินนามที่ **"พระราชโพธิวิเทศ วิ."** ด้วยวัยชาตกาล อายุวัฒนมงคล ๗๐ ปี เมื่อวันที่ ๒๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ นับเป็นมงคลวาร ๒ เหตุมาบรรจบกัน

ตลอดระยะเวลา ๔๖ พรรษา ท่านอาจารย์ผู้เปี่ยมล้นด้วยเมตตา สู้อุตสาหะอบรมสั่งสอนแก่ศิษย์ทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ ไม่จำกัดชาติ ภาษา วัยวุฒิ คุณวุฒิ หรือสถานะเช่นใด ท่านเป็นครูอาจารย์ที่ประเสริฐหนักแน่นในคุณธรรม เป็นแบบอย่างผู้ประพฤติธรรมที่กล้าหาญ เรียบง่าย มีพลังแห่งความเพียรที่สม่ำเสมอ ผลงานของการเผยแผ่ธรรมทั้งในประเทศและต่างประเทศ จริยาวัตรที่กอปรด้วยอัตถประโยชน์ต่อ บุคคล ชุมชน สังคม และพระพุทธศาสนา เป็นที่ประจักษ์สมควรแก่การได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ แม้ท่านอาจารย์จะกล่าวเตือนสติลูกศิษย์ว่า **"สมณศักดิ์ เป็นเพียงสิ่งสมมติ"** แต่เหล่าศิษย์ทุกหมู่เหล่า ยังคงความปีติ ปลาบปลื้มปราโมทย์ใจในสิ่งมงคลที่เกิดในวาระนี้

เพื่อเป็นที่รฤกในโอกาสมงคลดังกล่าว คณะศิษยานุศิษย์จึงได้จัดพิมพ์หนังสือ **"จงมาดู"** ซึ่งเป็นหนังสือธรรมะเล่มแรกของท่านอาจารย์ พิมพ์ครั้งแรก พ.ศ. ๒๕๓๕ ปัจจุบันหาต้นฉบับไม่ได้แล้ว **"จงมาดู"** เป็นหนังสือรวบรวมพระธรรมเทศนาบางเรื่องของ พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ) ซึ่งแสดงไว้ ณ สถานที่ต่าง ๆ ทั้งที่ จังหวัดอุบลราชธานี และที่กรุงเทพฯ ตามระบุในหัวเรื่อง ระหว่างปี ๒๕๓๒-๒๕๓๕ เมื่อครั้งดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ แม้เวลาล่วงเลยมา ๒๗ ปีแล้ว คณะศิษย์ยังเห็นว่า พระธรรมเทศนาในกาลก่อน ที่เป็นหลักธรรมแบบง่าย ๆ ตรงไปตรงมาต่อการนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน และสืบต่อหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาได้อย่างมีคุณค่า เป็นอกาลิโก ไม่จำกัดด้วยเวลา ร่วมสมัยไม่เสื่อมคลาย

คณะศิษยานุศิษย์ ขอน้อมกราบนมัสการพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระราชโพธิวิเทศ วิ. ด้วยความสำนึกในพระคุณและความเคารพอย่างสูงสุด อานิสงส์อันใดที่เกิดจากการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้เพื่อเป็นธรรมทาน ขอน้อมถวายเป็นอาจาริยบูชา และเป็นพลวปัจจัยให้พระเดชพระคุณเดินทางบนมรรคาแห่งพระนิพพานโดยเร็วด้วย เทอญ

คณะศิษยานุศิษย์

๒๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๒



วัดพระศรีรัตนศาสดาราม (วัดพระแก้ว) รับพระราชทานเลื่อนสมศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช
๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

สัมภาวนกถา
พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ) : พระผู้เป็นดั่งสายน้ำแห่งศรัทธา

ดั่งธารน้ำฉ่ำเย็นกระเซ็นสาย มาผ่อนคลายทุกข์ร้อนให้ผ่อนผัน
เป็นพ่อแม่ครูอาจารย์ดุจดวงจันทร์ ชี้ทางอันสงบเย็นเป็นร่มใจ

ต่างทวีปต่างแดนใช่ใครอื่น หากช่วยฟื้นธรรมครรลองอันผ่องใส
สืบคำสอนหลวงพ่อชามายาวไกล สอนศิษย์ให้สืบสานการฝึกตน

สิ่งใดเกิดขึ้นได้ด้วยธรรมดา สิ่งนั้นหนาดับไปไม่สับสน
ตั้งสติแจ่มชัดไว้ในกมล เมตตาท่านท่วมท้นล้นหทัย

"ปสันโน" คือนามที่งามยิ่ง ท่านไม่ทิ้งธรรมสำคัญยืนยันได้
จะยึดแนวเยี่ยงอย่างท่านดำเนินไป ดุจธงชัยสมณศักดิ์นี้สถาปนา

"พระราชโพธิวิเทศ" พิเศษสุด เทิดพระธรรมผ่องผุดพิสุทธิ์หล้า
ชาตกาลครบเจ็ดสิบศิษย์ศรัทธา เป็นเนื้อนาบุญประเสริฐเลิศล้ำเอย

ด้วยความเคารพเหนือเศียรเกล้า
คณะศิษยานุศิษย์
๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๒



วัดราชบพิธสถิตมหาสีมาราม เข้ากราบสักการะสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราชฯ

๒๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

สัมโมทนียกถา

พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ)

การได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากในหลวงที่ท่านได้โปรดให้เกียรติ ก็เพราะเราเป็นศิษย์ของพระพุทธเจ้า เป็นศิษย์ของหลวงพ่อชา เราเป็นผู้ที่ได้ปฏิบัติตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าวางไว้จึงได้มีผลปรากฏออกมา ญาติโยมทุกท่านที่ได้มารวมกันก็เช่นเดียวกัน เราเป็นผู้มีบุญวาสนา ได้เกิดในปฏิรูปเทส คือประเทศที่สมควร มีพระพุทธศาสนาตั้งอยู่ ได้เข้าใกล้ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ได้เข้าใกล้ครูบาอาจารย์ ก็นับได้ว่าเราเป็นผู้มีบุญ แต่ว่าบุญนั้นบางทีก็ขึ้น บางทีก็ลง

สุขกับทุกข์ เหมือนกัน สรรเสริญกับนินทา เหมือนกัน ยศกับเสื่อมยศ เหมือนกัน ได้ลาภเสื่อมลาภ ก็เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ทั้งนั้น แต่จะขึ้นหรือลง เราก็ทำจิตให้อยู่กับศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ทำจิตไว้ในความประพฤติที่ถูกต้องดีงาม เหมือนกับหลวงพ่อชาเคยถูกถามว่าธรรมะคืออะไร ท่านตอบว่า ธรรมะคือความถูกต้อง นี่เป็นโอกาสของเราว่าเราจะมีการกระทำก็ดี พูดก็ดี มีความคิดนึกก็ดี ก็ขอให้มาอยู่ในความถูกต้อง เมื่อมาอยู่ในความถูกต้อง ได้อะไรสักอย่างหรือเสียหดหายไป ก็มั่นคงเหมือนเดิม เพราะเรารู้ว่าสิ่งที่ดีอยู่ที่คุณธรรม **อย่างที่ได้สมณศักดิ์ก็เป็นสิ่งที่ดี แต่ดีในแง่ “สมมติ”** เป็นลักษณะที่เราต้องเข้าใจ คือสมมติมีอยู่ เราสามารถใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ เราสามารถที่จะทำให้เป็นประโยชน์ตนประโยชน์ผู้อื่นได้ ก็เป็นสิ่งที่ดี

พิธีกรรม คือลักษณะของพระพุทธศาสนา เช่น โยมได้ขอขมาการกระทำด้วยกาย วาจา ใจ เมื่อได้รับ อาตมาก็ยกโทษให้ อโหสิกรรม คือเรามีหน้าที่สำคัญเหมือนกัน ตั้งแต่สมัยพุทธกาลเป็นอย่างนี้ คือเราเป็นผู้ที่เชิดชูสิ่งที่ถูกต้อง คือไม่ได้เชิดชูบุคคล คือไม่ได้เชิดชูในลักษณะเฉพาะตัวเฉพาะตน แต่ก็เชิดชูความถูกต้อง เมื่อโยมได้ทำสิ่งที่ดีงาม ก็ยิ่งเป็นเหตุทำให้ผู้ที่เป็นตัวแทนของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ยิ่งต้องสำนึกในตน เพื่อที่ทำให้ถูกต้องด้วย คือเราได้ทำหน้าที่พาดพิงกัน อิงอาศัยกัน ให้ความมั่นใจซึ่งกันและกัน จึงเอาตัวรอดในวัฏฏสงสารได้ ก็ขอให้พวกเราได้มีความภาคภูมิใจ ในการมารวมกัน ทำพิธีที่ดีงาม และก็ตั้งอกตั้งใจเอาตัวรอดในวัฏฏสงสารให้จงได้

ขออนุโมทนาทุกท่าน

พิธีถวายมุทิตาสักการะ เนื่องในโอกาสรับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ณ โรงเรียนทอสี
วันที่ ๒๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

สารบัญ

[illegible]





จงมาดู จงมาดูธรรมะ
จงมาดูความจริง จงมาดูสิ่งที่จะทำให้
เราพ้นจากกิเลสและตัณหาให้ได้

จงมาดู

อยากให้เราพิจารณาธรรมะว่าเรามีหน้าที่ต่อธรรมะอย่างไร คือ จะให้ธรรมะลอยมาหาเราเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ หรือถึงจะเป็นไปได้ก็ไม่รู้ว่าจะต้องรออีกกี่ภพกี่ชาติกี่กัปป์กี่กัลป์ กว่าธรรมะจะลอยมาหาเรา เราจึงต้องพิจารณาหน้าที่ของเราต่อธรรมะ เรามีหน้าที่ต่อธรรมะอย่างไร อย่างเวลาเราสวดถึงพระธรรมคุณที่เรียกว่า ***เอหิปัสสิโก จงมาดู*** พูดตามความเป็นจริงนั่นก็เป็นสิ่งที่บอกหน้าที่ของเราต่อธรรมะอย่างชัดเจนแล้ว

จงมาดู ไม่ใช่ว่ามาก็ได้ไม่มาก็ได้ แต่ จงมา ต้องมาให้ได้ มาแล้วทำอย่างไร

ไม่ใช่ว่าจงมาอยู่เฉยๆ มาปิดตา ปิดหู ปิดสมองไว้ **จงมาดู** อันนี้เป็นหน้าที่ของเราต่อธรรมะของพระพุทธเจ้า ถ้าหากว่าเราไม่ได้มาดู มันก็ไม่เกิดประโยชน์ ถ้าไม่มา ไม่ตะเกียกตะกายเพื่อจะได้เข้าใกล้ธรรมะ ธรรมะก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับเรา มันขึ้นอยู่กับเราว่าเราจะมาเข้าใกล้ธรรมะของพระพุทธเจ้าหรือไม่

เรื่องของศีลก็เช่นเดียวกัน เรามีหน้าที่ที่จะรักษาศีล เรามีหน้าที่ที่จะเอาศีลมาใช้ในชีวิตของเรา มันขึ้นอยู่กับความเอื้อเฟื้อของเรา ขึ้นอยู่กับการเอาใจใส่ของเรา ศีลจึงจะเกิดอานิสงส์แก่เราได้ เราจึงมีหน้าที่ที่จะต้องเข้าใกล้ธรรมะ แต่รู้สึกว่าเป็นเรื่องที่คนทั่วๆ ไป ชาวพุทธทั้งหลายไม่ค่อยเข้าใจ คิดว่าได้ชื่อชาวพุทธแล้วก็เพียงพอ ได้เกิดมาแล้วเห็นพระพุทธรูป เห็นโบสถ์ เห็นศาลา เห็นวัดวาอารามก็เพียงพอ มันไม่พอ จงมา จงมาดู จงมาทำหน้าที่ของชาวพุทธเสียก่อน ธรรมะจึงจะออกฤทธิ์ให้เราเห็นได้

เคยมีฝรั่งถามหลวงพ่อชาว่า ทำไมเมืองไทยถึงมีขโมยมาก อันนี้เพราะอะไร ก็เพราะคนไม่ได้มาดูธรรมะของพระพุทธเจ้า ไม่ได้อาศัยธรรมะของพระพุทธเจ้า ไม่ได้ทำหน้าที่ต่อธรรมะของพระพุทธเจ้า ขโมยจึงมีมาก ทำไมคนขี้เมามีมาก เมืองพุทธศาสนาทำไมคนขี้เมามาก ทำไมขโมยมาก ทำไมโสเภณีมาก ทุกวันนี้เมืองไทยได้ชื่อว่ามีโสเภณีมากที่สุดในโลก มันเพราะอะไร ก็เพราะคนไม่ได้เห็นประโยชน์ของธรรมะ ไม่ได้เอาธรรมะมาใช้ ไม่ได้ทำหน้าที่ต่อธรรมะ เราเลยมีคำที่จะเตือนสติของเราว่า ควรจะทำอย่างไรต่อธรรมะ ทำอย่างไรเราจึงจะได้ศึกษาธรรมะอย่างถูกต้อง ก็ **จงมาดู** ถ้าหากว่ายังไม่ได้ทำอันนี้ไว้ก่อนก็ยังไม่มีโอกาสที่จะรับประโยชน์จากธรรมะ จงมา.. มาแล้วเข้าวัดเข้าวาก็ดี มาศึกษาเล่าเรียนคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าก็ดี เมื่อศึกษาเล่าเรียนแล้ว ก็ควรที่จะเอามาใช้ในชีวิตประจำวันของเรา ไม่ใช่ว่าเอาแต่ชื่อชาวพุทธไปอ้างว่าเราเป็นพุทธ เราต้องเอามาใช้ในชีวิต เอาคำสั่งสอนมาใช้จริงๆ

ที่ว่า จงมา ไม่ใช่ว่าเพียงแต่มาเกิดในสังคมที่มีพุทธศาสนาก็พอ การจะได้ประโยชน์จากธรรมะ มันต้องมาเข้าถึงคำสั่งสอน ต้องมา เข้าถึงการฝึกหัด จึงจะเกิดประโยชน์ จงมาดู มาดูมาศึกษา มาเห็น ว่าคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามีประโยชน์อะไรบ้าง ชี้แนะวิธีที่จะรู้จักคุณและโทษในชีวิตอย่างไร

ชี้แนะวิธีที่จะได้ฝึกฝนเจ้าของอย่างไร ต้องมาดู ถ้าดูแล้วยังไม่เห็นต้องดูอีกที จึงจะได้ ต้องดูจึงจะเห็นวิธีการที่จะเข้าใจในเรื่องคุณเรื่องโทษ เรื่องบุญเรื่องบาป เรื่องดีเรื่องชั่ว จึงต้องมาดู

ถ้ายังไม่ได้เอาจิตใจของเรามาคิดมานึกมาพิจารณา มาหาความรู้ความเข้าใจ มาหาความจริง ธรรมะของพระพุทธเจ้าก็ยังอยู่ห่างไกลจากเรา เรายังไม่สามารถที่จะเข้าถึง การเข้าถึงคำสั่งสอน การเข้าถึงความจริงมันเกิดจากการดูไว้ก่อน ดูให้ดี ดูให้ละเอียด ดูให้รอบคอบ ดูให้เด่นชัด

คำสวดที่เราสวดทุกอาทิตย์ หรือบางทีก็สวดทุกวัน เราก็ต้องทบทวนความหมายเพื่อจะได้เข้าใจและมีกำลังใจที่จะหาธรรมะมาใส่ตัวเอง ถ้าหากเราดำเนินชีวิตไปโดยไม่มีธรรมะเป็นที่พึ่งในจิตใจของเราก็ลำบาก ถ้าเราอาศัยโลกภายนอกเป็นเครื่องตัดสิน ในชีวิตของเราปล่อยแล้วแต่ความนิยมของโลกแล้วแต่ความนิยมของสังคม แล้วแต่หมู่จะพาไป อย่างนี้ลำบากล่ะ

แต่ถ้าเรามีธรรมะเป็นเครื่องตัดสินในชีวิต เราก็จะได้รู้จักวิธีที่จะเลือกคุณธรรมเป็นเครื่องนำหน้าในชีวิต แทนที่จะเอาความนิยมของผู้อื่นเป็นเครื่องนำ เพราะความนิยมของผู้อื่น สำหรับผู้ที่ยังไม่ได้ฝึกไม่ได้หัด ยังไม่ได้ชำระจิตใจของเจ้าของแล้ว อะไรเป็นสิ่งที่นิยมที่สุด ก็กิเลส กิเลสและตัณหานั่นแหละนิยมกันที่สุดละ มันเป็นสิ่งที่ชักนำชีวิต

เมื่อกิเลสและตัณหานำชีวิตก็นับวันจะเดือดร้อน ไม่พ้นจากความวุ่นวาย ไม่พ้นจากความเร่าร้อน เราจึงต้องพยายามให้เป็นผู้ที่เข้าถึงธรรมะ จงมาดู จงมาดูธรรมะ จงมาดูความจริง จงมาดูสิ่งที่จะทำให้เราพ้นจากกิเลสและตัณหาให้ได้

ถ้าหากว่าเรามีความตั้งใจที่จะไปให้พ้นจากสิ่งที่นำความเร่าร้อนมาสู่ชีวิตของเราแล้ว เราจะอาศัยอะไร เช่น เราต้องการสำเร็จความปรารถนาของเรา เราจะอาศัยอะไรดี พระพุทธเจ้าทรงแนะนำว่า **ถ้าเราต้องการความสำเร็จในแง่ใดแง่หนึ่ง จะเป็นทางธรรมก็ดี จะเป็นทางโลกก็ดี ก็ต้องอาศัยสิ่งที่ท่านเรียกว่า อิทธิบาท ๔** คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เป็นธรรมที่นำความสำเร็จให้เกิดขึ้น ฉันทะ คือ ความพอใจ วิริยะ คือ การเอาใจใส่ จิตตะ คือ ความตั้งใจ วิมังสา คือ ความเฉลียวใจ เอาใจของเราพินิจพิจารณา เป็นสิ่งที่ทำให้เรามีข้อฝึกหัด ข้อฝึก ข้อหัด ข้อที่จะเป็นที่ตั้งของการกระทำของเรา

ฉันทะ คือ ความพอใจ จะเรียกว่าเป็นความอยาก อยากได้ บางครั้งเราได้ยินคำสอนในพุทธศาสนาว่า ทุกข์เกิดจากความอยาก วิธีที่จะไม่ทุกข์ก็เลยจะต้องไม่อยากอะไร ในเมื่อฟังแล้วจะต้องตั้งอยู่ในความไม่อยากอะไร อย่างนี้ละก็ทำอะไรไม่ได้ในโลกนี้ เราต้องงอมืองอเท้าขดอยู่ในบ้านในที่แห่งใดแห่งหนึ่งจึงจะไม่ทุกข์ อย่างนี้เป็นความเข้าใจผิด ในพุทธศาสนาต้องมีความอยาก แต่ว่าไม่ได้เรียกว่าตัณหา คือ เรียกว่าฉันทะ มีความ อยาก มีความต้องการ มีความปรารถนาที่จะเอาดีให้ได้ อันนี้เรียกว่า ฉันทะ หรือ กุศลฉันทะ ก็ได้ มีความอยาก มีความพอใจในการทำกุศล ในการทำคุณงามความดี มีธรรมฉันทะ มีความพอใจ มีความอยาก มีความปรารถนาในการใช้ธรรมะ เรียกว่า ฉันทะ อันนี้เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดกำลังในการกระทำ เกิดกำลังในการค้นคว้าหาความรู้ที่ถูกต้อง ค้นคว้าหาหลักที่จะทำให้ความถูกต้องเกิดขึ้นในชีวิตของเรา เลยเรียกว่า ฉันทะ พอใจ

พูดตามความเป็นจริง ฉันทะเกิดขึ้นในทุกแง่ทุกมุมของชีวิต จะกินข้าวก็ต้องพอใจเสียก่อน ต้องมีฉันทะเสียก่อน ถ้าหากว่าเราเห็นข้าว เห็นอาหาร ดูแล้วมันขยะแขยง ฉันทะไม่เกิดขึ้น เมื่อฉันทะไม่เกิดขึ้น มันไม่ทำอะไร ไม่ยอมทำ ไม่ยอมกิน ไม่ยอมรับประทานอาหาร เพราะฉันทะไม่มี ความพอใจไม่มี

หรือจะทำงานชิ้นใดชิ้นหนึ่ง จะซ่อมบ้าน ต้องมีฉันทะเสียก่อน ต้องมีความพอใจในการซ่อมบ้าน จึงจะได้ลงทุนลงแรงซ่อม ต้องมีฉันทะก่อนในทุกแง่ทุกมุมของชีวิต การฝึกหัดเจ้าของในทางธรรมก็ต้องมีฉันทะก่อน ต้องมีความพอใจ พอใจในการฝึกหัด พอใจในการค้นคว้าหาสิ่งที่สูงกว่าที่เรามีแล้ว พอใจที่จะหาแนวทางในชีวิตที่จะทำให้พ้นทุกข์ จะอาศัยความสงบเยือกเย็น ต้องมีความพอใจ ต้องคิดไว้ก่อนว่าความเยือกเย็นมีคุณค่ามากกว่าความเดือดร้อน **จิตใจที่มีเมตตากรุณาเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนมนุษย์มีประโยชน์กว่าการเบียดเบียน ขัดแย้ง** เลยมีความพอใจที่จะหาคุณธรรมเหล่านี้ ฉันทะจึงต้องเกิดเสียก่อน

ฉันทะก็ต้องมีการดูเหมือนกัน หรือการมา จงมา ที่เรายกขึ้นมาพูดตอนแรกว่า เอหิปัสสิโก จงมา ฉันทะก็จะทำให้เรามาเข้าใกล้ธรรมะ มาเข้าใกล้สิ่งที่เราอยากจะฝึกจะหัด หรือสิ่งที่เราเห็นประโยชน์ที่จะฝึกหัดตัวเองได้ จะเป็นกำลังที่จะให้เราเข้าถึง หรือเข้าใกล้นั้นต้องมีฉันทะเสียก่อน

วิริยะ วิริยะนี้ทำให้เรามาหาธรรมะ มาหาคำสั่งสอน ถ้าหากว่ายังไม่ลงทุนลงแรงของเจ้าของ ลงทุนกำลังของเจ้าของ ไม่มีวิริยะคือความเพียร หรือความพยายาม ก็ไม่มีอะไรเกิดสักอย่าง ถึงจะพอใจสักขนาดไหน เหมือนกับที่พูดตอนแรกนั้น แม้แต่กินข้าว ถึงเกิดฉันทะ มีความพอใจที่จะกินข้าว ดูแล้วมันอร่อย ดูแล้วมันน่าสนใจ น่าจะเอร็ดอร่อยอยู่ แต่ว่าไม่มีวิริยะ ไม่มีความเพียร ไม่มีความพยายามสักนิด มันก็อดอยู่ดี ใจมันอยากเฉยๆ แต่ว่าไม่ได้ทำอะไร ไม่ได้เข้าไปหาอาหารเหล่านั้น ไม่ลงทุนลงแรงที่จะกิน มันก็ไม่อิ่มเอง ต้องเกิดจากการที่มีฉันทะแล้วมีความเพียร ธรรมะก็เช่นเดียวกัน เราเห็นประโยชน์ที่จะได้ธรรมะในชีวิตของเรา เราก็ต้องลงทุนลงแรงใช้กำลังของเจ้าของ ต้องมีความเพียร ต้องมีความพยายาม ต้องมีความอุตสาหะ ต้องเอาใจใส่

วิริยะจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ ประสบการณ์ของเราก็เกิดจากวิริยะ ถ้าหากว่าเรายังขี้เกียจ ไม่ยอมลงทุนลงแรง มันก็ยังไม่ได้ประสบพบธรรม หรือประสบการณ์ยังไม่เกิดขึ้น เมื่อประสบการณ์ยังไม่เกิดขึ้นก็ยังไม่มีอะไรเปรียบเทียบว่าอันไหนดี อันไหนไม่ดี อันไหนเป็นประโยชน์ อันไหนไม่เป็นประโยชน์ เลยต้องอาศัยวิริยะไว้ก่อน ลองดู ทดลองฝึกหัด เมื่อมีประสบการณ์ก็จะได้เห็นชัดขึ้น การกระทำส่วนใดช่วยให้เกิดความเยือกเย็นในชีวิต ส่วนใดทำให้มีความเดือดร้อน จะได้เลือกเอาสิ่งที่เยือกเย็นสบาย ไม่มีโทษ จะต้องอาศัยวิริยะไว้ก่อน **ต้องมีความเพียร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฝึกจิตใจ การฝึกจิตใจให้มีคุณธรรม การฝึกจิตใจให้มีคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า นี่ก็ต้องอาศัยความเพียร**

เรานึกถึงพระพุทธเจ้า ท่านเองอุตส่าห์สะสมบารมีมาไม่รู้กี่กัปป์กี่กัลป์ นาน...แต่ละภพแต่ละชาติก็มีแต่การตั้งความเพียรไว้ เราเองมาเกิดตามหลังก็ต้องมีความเพียรพยายาม ถ้าหากว่าผัดวันประกันพรุ่งว่าจะเอาพรุ่งนี้ ว่าจะเอาอาทิตย์หน้า ว่าจะเอาปีหน้า อย่างนี้ก็ไม่เพียงพอ ไม่มีการพยายามเท่าที่ควร ต้องมีความพยายามเดี๋ยวนี้ วันนี้ ปีนี้ ชาตินี้ ไม่ต้องไปรอโอกาสหน้าหรอก วิริยะจึงเป็นสิ่งที่ทำให้ความสำเร็จเกิดขึ้น เราเป็นผู้ที่ต้องการความสำเร็จ สำเร็จในทางธรรม ก็ต้องให้วิริยะเกิดขึ้น

จิตตะ เมื่อได้มาเข้าใกล้ธรรมะแล้ว อาศัยฉันทะแล้ว อาศัยวิริยะแล้ว ก็ต้องมีจิตตะ คือ จิตมีความตั้งใจ จิตมีความเอาใจใส่ จิตตะ คือ ในจิตใจของเรามีความฝักใฝ่ อันนี้จะมาเข้าหลักละ มาดู ที่เราพูดถึงหน้าที่ของเราต่อธรรมะ ต้องมา มาแล้ว เมื่อมีฉันทะแล้ว ก็พาให้เรามา มีวิริยะแล้ว มีความพยายามที่จะเข้าใกล้ธรรมะ มาแล้วจะทำอะไร จะนอนนิ่ง ปิดหูปิดตาไม่ได้ ต้องมีจิตตะ การเปิดจิตของเราเพื่อจะได้เอาใจใส่ เพื่อจะได้ฝักใฝ่ในการค้นคว้าหาสิ่งที่ถูกต้องในเรื่องธรรมะ

อาศัยจิตตะ จิตใจที่เรียกว่า ตั้งใจอย่างแน่วแน่ ตั้งใจด้วยความมั่นใจ ถ้าหากว่าจิตของเราโลเล ก็ตั้งอย่างประเดี๋ยวประด๋าว มันก็ไม่เห็น ดูแล้วก็ยังไม่เห็นอะไร **การดูในทางพระพุทธศาสนาต้องดูด้วยจิตใจไม่วอกแวก ต้องดูให้เห็น ให้ชัด ดูให้เห็น ให้รอบคอบ ดูให้ได้เห็นเข้าถึงเหตุเข้าถึงผล** มีเหตุอันใด ผลจึงปรากฏอย่างนั้น มันต้องได้เห็น ต้องได้ดูการกระทำของเราเมื่อมีศีลแล้วจะให้เป็นสมาธิ มีอุปสรรคอย่างไรบ้าง มีข้อขัดข้องอย่างไรบ้าง มีความละเอียดน่าสนใจอย่างไรบ้าง มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ต้องมาดู ต้องมาดู มาเห็น เมื่อเอาปัญญาของพระพุทธเจ้ามาคิด มันเป็นอย่างไรกับจิตใจของเรา เมื่อมาฝึกใฝ่มายึดไว้เป็นหลัก จิตมีสภาพอย่างไร อันนี้ละอาศัยการดู ดูด้วยจิตใจที่มีจิตตะ คือด้วยการตั้งใจดี ด้วยความเอาใจใส่

จิตของเรา มันก็ยากที่จะให้สงบ ถ้าหากว่าเราถูกชักลากไปตามอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ สงบไม่ได้ ดีไม่ได้ มันต้องเอาจิตของเรามาฝึกใฝ่ มาตั้งไว้จึงจะเกิดความสงบได้แน่นอนกว่า คือจิตของเราต้องมีจิตตะ ความตั้งใจโดยเฉพาะอย่างยิ่งการหาธรรมะ มาดู มาดูจริงๆ ดูแล้วจะได้อะไร ดูแล้วจะประพฤติอย่างไร

มีการเห็นความสำคัญและให้ความสำคัญกับธรรมะ ไม่ใช่ว่าดูผิวเผิน ต้องดูให้ถึงส่วนลึกเพื่อให้ได้เห็น ดูและเอาจิตของเรามาฝึกใฝ่กับการค้นหาธรรมะ ไม่ใช่ว่าสะดวกสบายในการฝึกหัดจึงจะฝึก เกิดอุปสรรคเมื่อไหร่ก็จะหนี จะรักษาศีลเมื่อมันสะดวกกับเจ้าของ เมื่อไม่สะดวกก็จะไม่เอา อนุโลมตามเพื่อนอย่างนี้ ขาดจิตตะ ขาดการทุ่มเทการตั้งใจ

ต้องนึกถึงคำพูดของหลวงพ่อที่ท่านชอบใช้สมัยก่อน **“ถ้าไม่ตายก็ให้มันดี ถ้าไม่ดีก็ให้มันตาย”** อย่างนี้ก็มีจิตตะ มีความตั้งใจอย่างแน่วแน่ ถ้าไม่ตายก็ให้มันดี ถ้าไม่ดีก็ให้มันตาย เรามีความตั้งใจอย่างไรต่อธรรมะของพระพุทธเจ้า เราตั้งใจอย่างนั้นหรือเปล่า เรามีจิตใจฝักใฝ่ขนาดไหน ถ้าไม่ดีก็เอาเรื่อยๆ อย่างนี้ก็ไม่ไหวล่ะ ถ้าไม่ตายก็เอาเรื่อยๆ อย่างนี้ก็ไม่พอ ความตั้งใจยังไม่พอ

เราต้องสำนึกต่อหน้าที่ที่เรามีต่อธรรมะ ที่ว่า เอหิปัสสิโก จงมาดู จงมา มาโดยอาศัยฉันทะและวิริยะ มาดูแล้วจิตใจของเราฝักใฝ่ด้วยจิตตะ ตั้งใจดู ตั้งใจหาความรู้ ตั้งใจหาเหตุผล ตั้งใจหาความถูกต้อง มีจิตตะคือความฝักใฝ่ตั้งใจจริงๆ หาสิ่งที่จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตจริงๆ

วันนี้มีนักศึกษาจากวิทยาลัยครูมาฟังเทศน์ และก็ถามปัญหา มีคนหนึ่งถามดีว่า คุณค่าที่แท้จริงของชีวิตคืออะไร ก็เป็นคำถามที่น่าถามเจ้าของอยู่ คุณค่าที่แท้จริงของชีวิตอยู่ตรงไหน อยู่ที่สิ่งภายนอกหรือเปล่า อยู่ที่สิ่งของที่เราสะสมหรือเปล่า อยู่ที่เงินทองที่เราหาหรือเปล่า อยู่ที่พรรคพวกเพื่อนฝูงที่ผูกพันกับเราเพียงแค่เป็นเพื่อนเล่นหัวเฮฮาเท่านั้นหรือเปล่า

คุณค่าของชีวิตอยู่ตรงไหน นี่ก็ต้องอาศัยจิตตะจิตใจของเรา ตั้งใจดูธรรมะ เพราะว่าคุณค่าที่แท้จริงอยู่กับความจริง อยู่กับความถูกต้อง **ธรรมะคือความถูกต้อง เราต้องหาความถูกต้องให้ได้** จิตของเราต้องฝักใฝ่ตั้งใจ ต้องอาศัยจิตตะ ต้องอาศัยวิมังสา

วิมังสา คือ การใคร่ครวญ พิจารณา มีความเฉลียวใจในส่วนที่เป็นคุณในส่วนที่เป็นโทษ ส่วนที่เป็นประโยชน์ ส่วนที่ไม่เป็นประโยชน์ ต้องอาศัยวิมังสา แนวทางของพระพุทธศาสนาต้องมีวิมังสา ขาดไม่ได้ ต้องมีการตรึกตรอง คิดนึก พิจารณาด้วยเหตุด้วยผล ด้วยการยกขึ้นมา ประพฤติอย่างไร ได้ผลอย่างไร เราตั้งใจที่จะได้อะไร เราจะประพฤติอย่างไรจึงจะได้อย่างนั้น ก็ต้องอาศัยวิมังสา ต้องมาดู ต้องมาดู ดูให้ดี ดูให้ละเอียด ดูให้รอบคอบ ถ้าหากว่าขาดวิมังสาก็เรียกว่าเราไม่รอบคอบ ตั้งใจที่จะหาความสุขซึ่งก็เป็นสิ่งที่มนุษย์เราตั้งใจจะได้อยู่เสมอ ตั้งใจจะได้ความสุข ตั้งใจจะเอาความสุข แต่พอขาดวิมังสา ขาดการพิจารณาที่ถี่ถ้วน ก็ยิ่งวุ่นวาย ยิ่งไปกันใหญ่ก็มี

อย่างคนที่อยากจะได้ความสุข ทำไมไม่มีความสุข เพราะไม่มีเงิน ทำอย่างไรจึงจะได้เงิน ก็ซื้อหวย ซื้อเบอร์ นี่ขาดวิมังสา คิดอยู่ แต่คิดไม่ถูก พิจารณาอยู่ แต่พิจารณาตามอำนาจของกิเลสของตัณหา **วิมังสาไม่ได้คิดหรือพิจารณาตามอำนาจของกิเลส แต่คิดตามอำนาจของธรรมะ เอาธรรมะอ้างอิงไว้ มาดู มาดูธรรมะเพื่อจะเอาธรรมะนำหน้าในชีวิต** จึงต้องอาศัยวิมังสาในการทำอะไรๆ เพื่อที่จะได้มีประสิทธิภาพในการทำ ต้องมีการใคร่ครวญ ต้องมีการพิจารณา ต้องอาศัยการศึกษาชีวิตอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ต้องอาศัยวิมังสา

อันนี้ก็เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าเองทรงแนะนำ หรือแม้แต่ใน **โพธิปักขิยธรรม** ธรรมที่นำการตรัสรู้ให้เกิดขึ้น ธรรมหมวดแรกก็คืออิทธิบาท ๔ ท่านแสดงถึงอิทธิบาท ๔ ก่อน ธรรม ๔ ประการที่จะนำความสำเร็จให้เกิดขึ้นได้ เราผู้เป็นชนรุ่นหลังก็ยังมีโอกาสที่จะได้สัมผัสคำสั่งสอน เราเอาธรรม ๔ ประการนี้ยกขึ้นมาเพื่อให้เกิดความสำเร็จในการตั้งใจของเรา ตั้งใจมาดู มาดูธรรมะให้ดี ถ้าหากว่าไม่ได้มา ก็ยังอยู่ห่างๆ ถ้ายังไม่ได้มาดูก็ยังไม่เข้าถึง มาแล้วก็ดูให้ดี ก็จะได้เป็น **เอหิปัสสิโก จงมาดู** จะได้เห็นชัดเจนด้วยตัวเราเองว่า เออ...ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามีประโยชน์ มีคุณค่าในชีวิตของเรา ทำให้เราประพฤติธรรมโดยไม่ต้องมีใครมาบังคับ **การประพฤติปฏิบัติในพุทธศาสนานั้นไม่ใช่เพราะการบังคับจากภายนอก ไม่ใช่ว่าเพราะเราถูกพระผู้เป็นเจ้าบันดาล ต้องเกิดจากการกระทำ การตั้งใจของเรา และการกระทำของเรา**

สำหรับการปฏิบัติก็จะต้องเกิดจากการมา การมาแล้วดูให้ดี เมื่อมาดูแล้วก็จะได้เห็นว่า เออ...ธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามีเหตุมีผล เหตุผลมันพร้อม ความถูกต้องก็มี ก็สมควรแล้วที่จะเอามาใช้ สมควรแล้วที่จะทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นธรรมะ สิ่งที่ไม่เป็นธรรมะเก็บเอาไว้ก็ไม่ได้ประโยชน์ มาดู มาเห็นประโยชน์แล้วก็ยอมฝึกยอมหัด ความจริงสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงประกาศไว้ก็เป็นสิ่งที่อยู่ประจำโลก อยู่รอบตัวเรา

ถ้าหากว่าเรายังไม่ได้มาดู มันก็ยังไม่เห็น ยังไม่เห็นประโยชน์
เมื่อยังไม่เห็นประโยชน์ก็ยังไม่ยอมทำ เอหิปัสสิโกนี้จึงเป็นเรื่องที่สำคัญ
เป็นสิ่งที่กำหนดว่าเราจะปฏิบัติหรือไม่
เพราะผู้ที่ยังไม่มาดูอย่างถูกต้องก็จะไม่เห็นธรรมะ ไม่เห็นประโยชน์ในธรรมะ

เหมือนกับบางคนถ้าเราบอกว่า น้ำในดินก็มีถ้าขุดบ่อตรงนี้ เขาก็ยังไม่มาดู ยังไม่มีประสบการณ์ยังไม่มีความเชื่อมั่น ก็ไม่ขุดบ่อ เมื่อไม่ขุดบ่อก็ไม่ได้น้ำ แต่ถ้าหากว่าได้มาดูแล้ว มาเห็นว่าผู้อื่นเขาได้น้ำแล้วมาเห็นผู้อื่นเขาทำได้อย่างนั้นแล้ว ก็เกิดความเชื่อมั่นว่า เออ...เราทำได้ จึงได้ขุดบ่อ ขุดบ่อแล้วก็ต้องได้น้ำจะลึกขนาดไหนก็สุดแล้วแต่ แต่ว่าต้องได้น้ำ

หรือเราเห็นแม่น้ำก็ดี เป็นบึงเป็นหนองน้ำก็ดี ในน้ำมีปลา ใครมาทอดแหก็ได้ปลา มันต้องมาดูเห็นคนอื่นเขาทำวิธีไหน เขาได้อะไรหรือเปล่า ถ้ามาดูแล้วเห็นว่า เออ..เขาได้ เราเองก็เกิดกำลังใจ ก็ย่อมทำย่อมฝึกย่อมหัด ย่อมทำตาม

เอหิปัสสิโก เราต้องมาดู มาดูผู้ที่เคยฝึกหัดมาแล้ว มาดูคำสั่งสอนที่มีไว้ บางคนเคยไปวัดที่ไม่เรียบร้อยเกะกะ เขาก็ว่า โอ๊ย..ธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่มีอะไรก็เท่านั้นแหละ อย่างนี้จะว่ามาดูอยู่ก็จริงหรอก แต่ว่ามาดูอย่างผิวเผิน ยังไม่รอบคอบเท่าที่ควร เราจึงมีหน้าที่ที่จะมาดู ดูให้ดี ดูให้ถี่ถ้วน จะได้เห็นผู้อื่นที่ปฏิบัติเป็นตัวอย่าง เราเอาตัวอย่างของเขาบ้าง เมื่อเอาตัวอย่างของเขาเราเองก็มีแนวทางค่อยฝึกค่อยหัดค่อยปฏิบัติ ก็จะเกิดผลอยู่หรอก ไม่ต้องห่วง

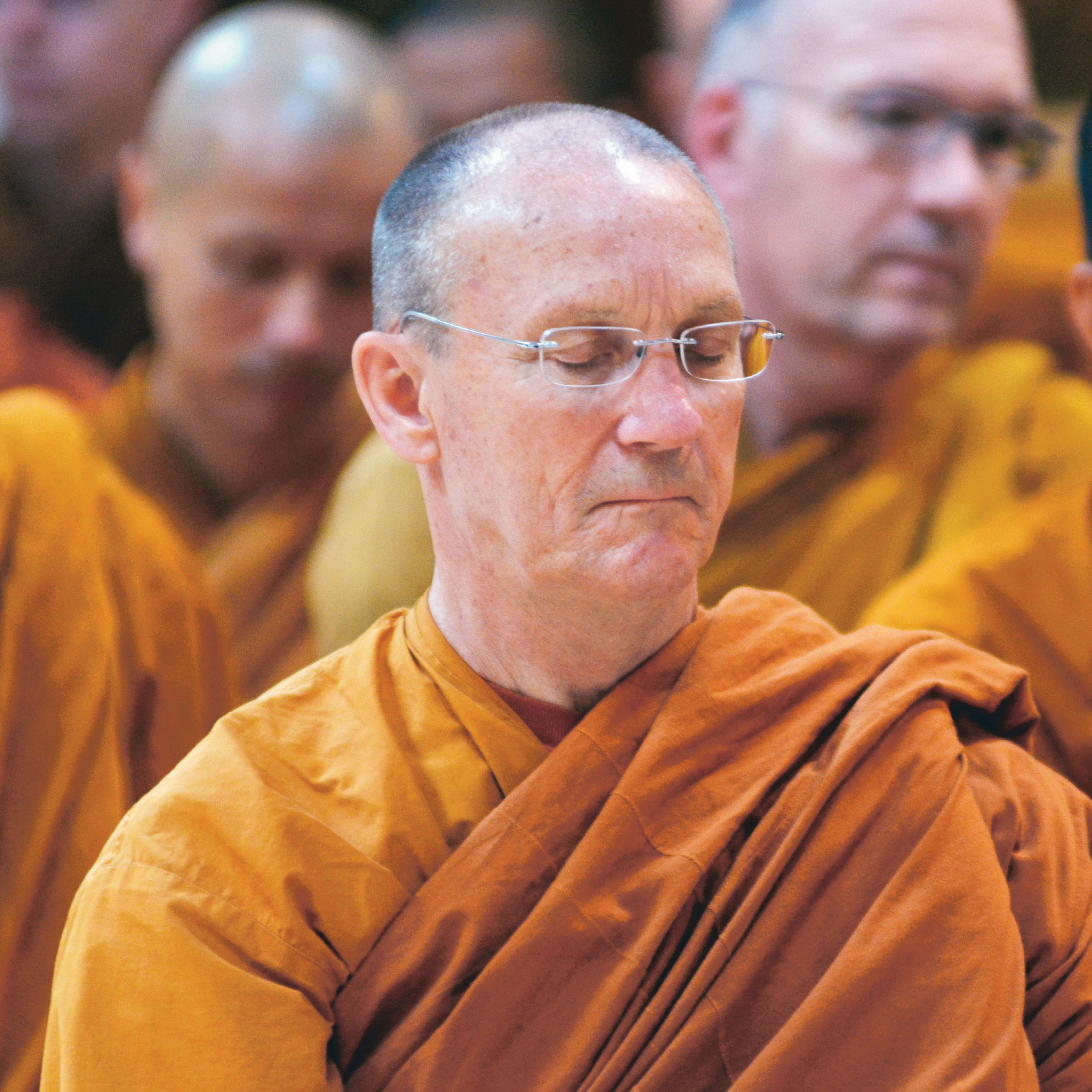
บางคนเขาก็พูดว่าศาสนาเสื่อม ถึงจะปฏิบัติก็ไม่ได้ผลอะไร เพราะมันหมดสมัยที่จะปฏิบัติแล้ว อย่างนี้ก็คิดผิด เขาอ้างเหตุผลว่า เออ..ก็มีวัดอยู่ทั่วๆ ไป มีพระมีเณรมีญาติมีโยมอยู่ทั่วๆ ไป ไม่เห็นเขาได้อะไร อันนั้นก็ขึ้นอยู่กับแต่ละคน ว่าเขาเองมาดูด้วยความตั้งใจสักขนาดไหน แต่อาตมาก็เชื่อมั่นว่า ใครที่มาดูด้วยความบริสุทธิ์ใจ อย่างมีความตั้งใจ ต้องเข้าถึงธรรมะ บางคนที่มีศรัทธาน้อยก็จะเห็นว่า เออ..ดูแล้วพระก็ดี ญาติโยมก็ดี ที่ได้รับผลของการปฏิบัติก็หายาก แทบจะไม่มีน่ะ ก็เหมือนกับที่ฝรั่งถามหลวงพ่อว่า

ถ้าเมืองไทยเป็นเมืองพุทธศาสนาทำไมขโมยมาก นี่ก็เป็นคำถามที่ต้องถามเจ้าของอยู่ ทำไมเป็นอย่างนั้น เพราะศาสนาหรือ เพราะแต่ละคนไม่เข้าถึงศาสนา ไม่มาดูอย่างแท้จริง

ทั้งหมดนี้ก็มอบเอาไว้เพื่อพิจารณา
พิจารณาหาเหตุหาผล พิจารณาเพื่อจะได้เห็นในจิตใจของเจ้าของ
ธรรมะอยู่ที่ตรงไหน จะหาธรรมะที่ไหน

- เอวัง -









ศาสนาพุทธเป็นศาสนาที่อาศัย
การปฏิบัติแล้ว ใคร่ครวญแล้ว
พิจารณาแล้ว ก็อาศัยปัญญาของ
ตัวเองให้รู้จักว่า อะไรเป็นประโยชน์
อะไรไม่เป็นประโยชน์กับชีวิตของตัวเอง

ปฏิบัติให้เป็น พุทธ

ก่อนอื่น อาตมาขอแสดงความยินดีที่มีโอกาสเข้ามาเยี่ยมสถานที่นี้ และมีโอกาสที่จะให้ธรรมะหรือให้ข้อคิด ทราบข่าวว่าวันนี้เป็นวันครบรอบการตั้งวิทยาลัยและมีการอบรมหลักสูตรอื่นๆ รวมทั้งมีกิจกรรมหลายๆ อย่าง ก็เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ รวมทั้งอาตมามีโอกาสเข้ามา

การฟังธรรมก็เป็นโอกาสที่จะได้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ในชีวิต ถ้าเรานึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า คำสอนของท่านก็มุ่งที่ประโยชน์ มุ่งสิ่งที่จะเกิดประโยชน์ได้ เช่น คนไปกราบเรียนถามท่านเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ทางปรัชญา เช่น โลกเที่ยงหรือโลกไม่เที่ยง หรืออัตตาตัวตนของเราเหมือนกับร่างกายหรือมันต่างจากร่างกาย หรือหลังจากตายแล้วพระตถาคตอยู่หรือไม่อยู่ หรืออะไรเหล่านี้ ปัญหาต่างๆ ที่มนุษย์ชอบจะคิดกัน พระพุทธเจ้าท่านมักจะไม่ตอบ เพราะว่าไม่เห็นประโยชน์ พูดง่ายๆ คือไม่เป็นประโยชน์ ท่านมุ่งแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ในชีวิตของมนุษย์

ท่านจึงให้เรารู้จักชีวิตของตัวเอง ให้เรารู้จักวิธีที่จะ**ดำเนินชีวิตให้เกิดประโยชน์ ให้รู้จักที่จะดำเนินหรือรักษาจิตใจของตัวเองให้เป็นประโยชน์ทั้งส่วนตัวและส่วนรวม สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ท่านมุ่งเป็นพิเศษ** การกระทำอย่างอื่นที่ทำเพียงเพื่อให้คนเกิดความรู้สึกว่า เขามีความคิดฉลาดๆ ในแง่ปรัชญา มีการถกเถียงกัน ท่านก็ไม่ส่งเสริม หรือการมีพิธีการต่างๆ มีความคิดต่างๆ เพื่อเสริมมงคล หรือเสริมโชคชะตาของชีวิตให้เกิดความปลอดภัยจากสิ่งภายนอก ท่านก็ไม่ส่งเสริม เพราะดูแล้วไม่เป็นประโยชน์

ถ้าหากเราดูศาสนาในทุกวันนี้ รู้สึกว่าไม่ค่อยได้เป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้ากันสักเท่าไร คือดูๆ ก็รู้สึกว่าคนมักจะมุ่งไปในสิ่งที่ไม่ค่อยจะเป็นประโยชน์ มักจับประเด็นต่างๆ ในศาสนาและให้ความสำคัญกับสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ แล้วคิดว่าอันนั้นเป็นศาสนา อย่างเช่นในเรื่องพิธีรีตองต่างๆ หรือการถกเถียงกันหรือความเชื่อถือว่าจะได้รับความปลอดภัย หรือหาโชคหาลาภจากพิธีการทางศาสนา คนส่วนใหญ่จะยึดถือในสิ่งเหล่านี้ ซึ่งถ้าเราคิดกันแล้ว ก็รู้สึกว่าน่าเสียดาย เพราะพระพุทธเจ้าท่านได้ชี้แจง แนะนำวิธีที่จะทำให้ได้ประโยชน์จากคำสอนที่ตรงไปตรงมา เราจึงต้องพิจารณาในเรื่องชีวิตของตัวเราเช่นเดียวกัน

**ในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ เราก็ต้องเป็นผู้ตรวจดูศาสนาของตนเอง
แท้ที่จริงแล้ว คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนที่ตั้งบนพื้นฐานของความจริง
และมีวิธีการต่างๆ ให้เราได้รับประโยชน์จากความจริงอันนั้นได้เยอะแยะมากมาย**

อันนี้ก็เป็นเหตุให้อาตมาเองได้มาบวชในพุทธศาสนา และยังบวชอยู่จนกระทั่งทุกวันนี้ เมื่อบวชใหม่ๆ ก็ยังไม่ค่อยสนใจในศาสนา ไม่ว่าจะเป็นศาสนาใดก็ตาม

เมื่อมาเมืองไทยใหม่ๆ นั้นก็มาเที่ยวเฉยๆ คนมักจะถามว่า "นับถือศาสนาอะไร" เจ้าของเองก็งง คือ คนไทยเห็นความสำคัญของศาสนา ซึ่งถ้าหากอยู่เมืองนอกไม่มีใครถามหรอกว่าคุณนับถือศาสนาอะไร เพราะว่าคนส่วนใหญ่ไม่ค่อยสนใจศาสนา หรือถึงจะเป็นสมาชิกในศาสนาคริสต์ เขาก็ไม่ค่อยจะมั่นใจในศาสนาของเขา เมื่อเราตอบว่าไม่มีศาสนา คนก็งงและจะคิดอย่างไรก็ไม่รู้เหมือนกันนะ คงจะคิดว่าคนประเภทนี้น่าสงสารนะ คนไม่มีศาสนาน่ะ แต่ก็เป็นความจริงที่ว่า เมื่อมาเมืองไทยใหม่ๆ นั้น ไม่ได้มีความรู้สึกว่าศาสนาเป็นสิ่งสำคัญ และพูดตามความเป็นจริง ก็มีความรู้สึกว่าศาสนาต่างๆ ก็คงจะไม่มีประโยชน์เท่าไร

แต่เมื่อมีโอกาสได้เข้าใกล้คนไทยและเข้าใกล้วัฒนธรรมที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของพุทธศาสนาแล้ว ก็เกิดความรู้สึกว่า ศาสนาพุทธเป็นศาสนาที่แปลกกว่า ไม่เหมือนกับศาสนาอื่นที่ได้สัมผัส ก็เกิดความสนใจที่จะศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกิดความสนใจที่จะปฏิบัติอยากจะฝึกหัดจิตใจได้ เพราะว่าเมื่อได้อ่านหนังสือเกี่ยวกับพุทธศาสนาแล้วพบว่า

พระพุทธเจ้าท่านให้ความสำคัญกับจิตใจ เพราะว่าจิตใจเป็นสิ่งที่รับรู้โลก จิตใจเป็นสิ่งที่ทำให้เราสัมผัสหรือรู้จักความสุข ความทุกข์ คือ เราเองสร้างความสุข สร้างความทุกข์ ก็ขึ้นอยู่กับจิตใจจะสร้าง

ถ้าหากว่าเราสามารถควบคุมจิตใจได้ มันก็สามารถสร้างความสุขให้ตัวเองได้ แต่ถ้าหากว่าจิตใจของเราไม่มีความหนักแน่นเพียงพอ มันก็มักจะสร้างแต่ความทุกข์ให้ ก็เลยเกิดความสนใจที่จะศึกษาและปฏิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ปฏิบัติ เพราะว่าพระพุทธเจ้าเองท่านก็ให้ความสำคัญกับการปฏิบัติ ถ้าเราคิดดูท่านก็ให้ **ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อจะได้ดับทุกข์ แม้แต่เรื่องศีลก็เป็นเรื่องการปฏิบัติ ปฏิบัติไว้เพื่อให้รู้จักให้มีข้อวัตรในชีวิต**

เวลาสมาทานศีล ตามสำนวนที่ใช้กัน ปาณาติปาตา เวระมะณีสิกขาปะทัง สะมาทิยามิ มันก็เป็นสิกขาบท สิกขาบท แปลว่า บทฝึกหัดหรือบทศึกษาก็ว่าได้ สิกขา ก็ตรงกับคำศัพท์ว่า ศึกษา แต่ว่าการศึกษาในเรื่องนี้ คือ เรายกเว้นแล้ว เรามาสมาทาน เรามาตั้งใจที่จะประพฤติ ตั้งใจที่จะปฏิบัติเพื่อศึกษาดูมีอะไรเกิดขึ้นดีขึ้นหรือไม่ หรือเกิดความทุกข์ เกิดความลำบาก หรือเกิดความสะดวกสบาย ศึกษาแล้วในข้อนี้มีอะไร เกิดขึ้นเป็นประโยชน์หรือไม่ หรือไม่เป็นประโยชน์ ในแง่พุทธศาสนา ท่านให้ปฏิบัติดู ปฏิบัติศึกษา ปฏิบัติฝึกหัด ตรงกันข้าม อย่างศาสนาเดิมของอาตมา เดิมอาตมาเป็นชาวคริสต์ ศีลในศาสนาคริสต์เป็นศีลที่เรียกว่า บัญญัติ ๑๐ ประการ บัญญัติไว้ จะต้องทำอย่างนี้ ทำอย่างอื่นไม่ได้ คำศัพท์ที่ใช้ก็เด็ดขาดเหมือนกันนะ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้เป็นพระศาสดาที่บัญญัติให้ใครหรือบังคับให้ใครต้องทำตามอย่างในแง่ศาสนาคริสต์ คือ ถ้าหากว่าไม่ทำตามที่บัญญัติไว้ พระเจ้าก็จะลงโทษให้ด้วย ข้อวัตร หรือบทบัญญัติในศาสนาคริสต์ ต้องอาศัยความกลัวเป็นเหตุจูงใจ

ศาสนาพุทธเป็นศาสนาที่อาศัยการปฏิบัติแล้ว ใคร่ครวญแล้ว พิจารณาแล้ว ก็อาศัยปัญญาของตัวเองให้รู้จักว่า อะไรเป็นประโยชน์อะไรไม่เป็นประโยชน์กับชีวิตของตัวเอง

อย่างที่ว่า ปาณาติปาตา เวรมณีสิกขาปะทัง สะมาทิยามิ เป็นบทยกเว้นจากการฆ่าสัตว์ แต่ว่าเป็นการสมาทานสำหรับตัวเอง คือว่าตนเองสมาทานเพื่อได้ศึกษาดู ให้เป็นสิกขาบท เป็นบทศึกษา เป็นบทฝึกหัดตัวเอง เพื่อให้รู้ในตัวเองว่า อะไรเป็นประโยชน์ อะไรไม่เป็นประโยชน์ ก็เลยต่างกัน ต่างกันมากทีเดียว

พุทธศาสนาเป็นศาสนาสำหรับผู้มีปัญญาก็ว่าได้ แต่กลัวแต่ว่า ศาสนาเรายิ่งตั้งอยู่นานขึ้นๆ พระศาสดาของเราทรงประทานศาสนาไว้สำหรับผู้มีปัญญา แต่ว่าศาสนิกของท่านก็ไปถือกันโง่ๆ อยู่.. ถือกันโง่ๆ ไปปฏิบัติกันโง่ๆ ก็เลยไม่ได้ประโยชน์เท่าที่ควร ก็เป็นสิ่งที่น่าเสียดาย ให้เราสำนึกเอาไว้หรือคิดเอาไว้ว่า ศาสนาของเราเป็นศาสนาที่มีความสำคัญอย่างไร และสิ่งที่เป็นจุดสำคัญคืออะไร ถ้าเราไม่ลืมว่าพระพุทธเจ้าท่านมุ่งประโยชน์เป็นสิ่งที่สูงสุด ก็จะได้มีข้อคิดหรือข้อสังเกตหรือข้อพิจารณา ให้ได้รู้จักว่าอะไรในศาสนาของเราที่เราควรใช้เป็นเครื่องตัดสินในแง่สิ่งรอบตัวเรา เพราะว่าทุกวันนี้ก็มีหลายแบบ

อย่างเช่นที่วัดของอาตมา วัดป่านานาชาติ ก็จะมีคนเข้าไปที่วัดแล้วมักจะถามว่า อยู่กันอย่างไร มีพระอยู่ด้วยกันกี่องค์ มีพระไทยอยู่กี่องค์ และเมื่อได้ทราบว่าที่วัดของอาตมาอยู่กันยี่สิบกว่าองค์ ที่เป็นไทยมีเพียงสามเณร ๒ องค์ นอกจากนั้นเป็นชาวต่างประเทศ เมื่อทราบว่ามีชาวต่างประเทศเป็นส่วนใหญ่ ก็มักจะถามต่อว่า แล้วท่านอยู่กันอย่างไร อยู่กันแบบวัดอื่นทั่วๆ ไปไหม

อันนี้ก็ตอบยากนะโยม เพราะว่าวัดก็มีหลายแบบ ถ้าจะปฏิบัติแบบวัดทั่วๆ ไปละก็ไม่ใช่หรอก เพราะว่าวัดก็มีหลายแบบ เช่น วัดที่คนเข้าไปเพื่อหาหวยหาเบอร์ก็มี เพื่อไปเล่นสนุกสนาน เพื่อไปพบกับคนอื่น เพื่อเป็นที่เข้าไปกราบพระและเขย่าเซียมซี อะไรทำนองนี้ แต่วัดของเรา เราไม่ได้ทำอย่างนั้น วัดของเราเป็นวัดที่ปฏิบัติเป็นวัดที่มุ่งไปในการศึกษาให้เข้าถึงคำสอนที่แท้ที่พระพุทธเจ้าท่านวางไว้ สิ่งประกอบเหล่านั้นมันไม่ค่อยเป็นศาสนา แต่เป็นสิ่งที่แทรกเข้ามาทีหลัง

อาตมาเองก็เคยเห็น คนไทยบางคนเขาไปอยู่เมืองนอก เมื่อกลับมาเมืองไทยและพาลูกมาที่วัด เขาก็ว่าลูกเกิดอยู่ที่เมืองนอกและกำลังโต อยากจะให้เขารู้จักพุทธศาสนา เลยพาลูกไปที่วัดต่างๆ ให้เขากราบพระ ให้เขาจุดธูปจุดเทียน ให้รู้จักอธิษฐานที่นั่น และเขย่าเซียมซี ดูแล้วมันก็น่าเศร้าใจนะ คือดูแล้วรู้ว่าไม่รู้จักพุทธศาสนาเลย มาแล้วก็ทำพิธีการ เฉยๆ เล่นๆ กัน เหมือนเด็กน้อย

เราผู้เป็นชาวพุทธที่อยู่กันที่นี่ ควรจะรู้จักศาสนาของตน เพื่อจะได้เข้าถึงสิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านมุ่ง คือมุ่งประโยชน์ เช่น

ถ้าหากเราอยู่กันด้วยศีลเป็นพื้นฐาน มันก็จะทำให้เราอยู่กันได้โดยความสามัคคี
แต่ถ้าหากว่าคนเราถึงจะเข้าวัดก็เพียงแต่กราบไหว้พระ ทำพิธีภายนอก
มันก็ไม่สามารถทำให้คนเราอยู่กันได้ด้วยความสามัคคี

ด้วยความไว้วางใจ ด้วยความอบอุ่น ด้วยความปลอดภัย เพราะว่าสิ่งเหล่านี้มันไม่ได้ทำให้จิตใจของเราเปลี่ยน และก็ยังไม่ได้ตั้งกฎเกณฑ์ในชีวิตของตัวเองแต่ถ้าหากว่าเมื่อไหร่เราเป็นผู้ที่ได้ฝึกหัดตัวเองแล้ว และเป็นผู้ที่ได้เอาสิกขาบท บทศึกษาในชีวิตของตัวเองคือศีล มาใช้ มันก็จะได้มีขอบเขตที่ทำให้เราอยู่ด้วยกันได้ เพราะว่าสิ่งเหล่านี้จะทำให้เราตั้งขอบเขตที่ดีในชีวิต แต่คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีขอบเขตหรือขอบเขตมันกว้างเกินไป กว้างจนมันวุ่นวาย

อาตมาเองที่เกิดความสนใจในพุทธศาสนา อย่างหนึ่งก็เกิดความสนใจตั้งแต่เป็นนักศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัย เพราะตอนนั้นกำลังศึกษาจิตวิทยา คือ ตอนแรกรู้สึกว่า การศึกษาจิตวิทยา คงจะทำให้เรารู้จักจิตใจของมนุษย์ดีขึ้น จะช่วยให้มนุษย์อยู่ด้วยกันได้โดยความอบอุ่น และความสบายมากขึ้น แต่พอไปศึกษาดูแล้วก็รู้สึกว่า มันก็พอปานนั้นแหละ มันก็คือเก่าแหละ

แม้แต่อาจารย์ที่สอน..สอนจิตวิทยา เขาจบจิตวิทยา มีปริญญาเอก บางทีก็เป็นผู้แต่งหนังสือเป็นผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์มหาวิทยาลัย แต่ว่าเขาเองอยู่ด้วยกันเขาก็ยังทะเลาะกันอยู่ เขาก็ยังอิจฉากันอยู่ เขาก็ยังขัดแย้งกันภายในวงของเขา ซึ่งเมื่อดูแล้วมันก็ทำให้เราถอย อยากจะหาอย่างอื่น เลยเกิดความสนใจในพุทธศาสนา เพราะเมื่ออ่านคำสอนพระพุทธเจ้าแล้ว อ่านแล้วก็รู้สึกว่าสิ่งที่ท่านสอนนั้นถูกมากทีเดียว เป็นความจริงและเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์เรามีขอบเขต

แต่เมื่อดูอีกแง่หนึ่งชาวพุทธเราอยู่ด้วยกันก็อิจฉากันเหมือนกัน ขัดแย้งกันเหมือนกัน อยู่ด้วยกันโดยมีการทะเลาะกัน ซึ่งไม่ใช่เฉพาะแต่ชาวพุทธหรอก คือพระก็มีเหมือนกัน คือ

มีโอกาสเข้าถึงสิ่งที่จะช่วยให้ชีวิตดีขึ้น แต่ว่ายังไม่เข้าใจวิธีใช้ นี่จึงเป็นเหตุให้เราต้องสนใจและให้ความสำคัญกับการปฏิบัติและการฝึกหัดตัวเอง การตั้งขอบเขต เพราะถ้าหากว่าไม่มีขอบเขตก็จะไม่ได้ฝึกหัด คือ เราก็จะไหลไปตามกระแสของมนุษย์

อย่างที่อยู่ด้วยกันก็สร้างความเดือดร้อนให้แก่กัน มีมนุษย์อยู่ในโลกนี้นานเท่าไร มันก็มีความเดือดร้อนความวุ่นวายตั้งแต่นั้นมาอย่างไม่จบสิ้น เพราะอะไร ก็เพราะความไม่รู้ของมนุษย์ และความขาดหลัก ที่จะใช้ในชีวิตของตัวเอง

แม้แต่จะพูดในชั้นศีล เรื่องศีล มีศีลตั้งขึ้นในชีวิตของตัวเองก็เป็นสิ่งที่สร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้นระหว่างเพื่อนมนุษย์เราด้วยกัน และเป็นการสร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้น มีความผูกมิตรซึ่งกันและกันได้ ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เราเป็นมนุษย์เราก็จำเป็นจะต้องอยู่ด้วยกัน ถ้าต้องอยู่ด้วยความระมัดระวังตัวเอง ต้องระแวงคนรอบตัวเรา เราไม่มีความไว้วางใจกับคนที่เราอยู่ด้วยอันนี้อยู่ลำบาก อยู่ลำบากเหลือเกินล่ะ

การเป็นผู้มีศีลในพุทธศาสนา อย่างที่ได้พูดกันไว้ตอนต้น พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้บังคับให้เราเป็นผู้รักษาศีล หรือท่านไม่ได้บัญญัติไว้ว่า ให้คุณรักษาศีล ถ้าไม่รักษาศีลตกนรก คือท่านไม่ได้ว่าอย่างนั้น **แต่ให้สมาทานสิกขาบท บทฝึกหัดตัวเอง เพื่อเกิดประโยชน์ในชีวิตของตัวเอง เพื่อเกิดความรู้ความเข้าใจในชีวิตของตัวเอง เวลาเรารักษาศีลในลักษณะอย่างนี้ คือไม่ได้อาศัยความกลัว แต่ว่าอาศัยคุณธรรมในจิตใจของตัวเอง**

คุณธรรมอันนี้พระพุทธเจ้าท่านว่ามี ๒ ประการ ที่ทำให้เราเป็นผู้รักษาศีลและผู้ที่อยู่ด้วยกันได้ คือ **หิริ โอตตัปปะ**

หิริ โอตตัปปะ เป็นธรรมะที่ปกป้องรักษาโลกเราอยู่ด้วยกัน เราต้องมีอะไรที่ปกป้องรักษา รักษาให้เรามีความปลอดภัย รักษาให้เรามีความรู้สึกอบอุ่น หิริโอตตัปปะนี่ ถ้าหากว่าเราแปลกัน **หิริ** ก็คือความละอายต่อบาป **โอตตัปปะ** คือ ความเกรงกลัวต่อบาป ฟังสำนวนอย่างนี้ก็ไม่ต้องไปติดใจ เวลาเราเป็นผู้มีความละอายต่อบาป คือเมื่อจิตใจของเราเกิดความปรารภสิ่งที่ไม่ดีไม่งาม ไม่เหมาะไม่ควร อยากจะเบียดเบียนเขา หรือเกิดความไม่พอใจ หรือเกิดความคิดที่จะรังแก หรือเกิดความคิดที่จะได้ประโยชน์จากเขา

ซึ่งถ้าเรามี หิริ ไว้ในจิตใจ คือ มีความละอาย ความละอายอันนี้จิตมันเป็นกุศล จิตมันดี จิตมันงาม เกิดความละอายดูแล้ว เหตุปัจจัยที่หิริเกิดขึ้นในจิตใจของมนุษย์ เกิดขึ้นเพราะความเคารพตัวเอง

เพราะเราเคารพตัวเอง เราเคารพตัวเองว่าเราเป็นมนุษย์ เราเป็นผู้ที่มีความเฉลียวฉลาด เราเป็นผู้ที่ได้รับการศึกษาแล้ว เราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า มีความละอาย ดูแล้วมันไม่สมควรกับเราที่จะไปคิดจะไปทำจะไปเอาเปรียบคนอื่นจะไปเบียดเบียนเขา จะประพฤติสิ่งที่สร้างความแตกแยกหรือจะไม่ซื่อตรงกับเขา มันไม่สมควร มันมีความละอายขึ้นมา อันนี้เป็นสิ่งที่รักษาเรา อันนี้เกิดขึ้นเพราะเราเป็นผู้ที่เคารพตัวเอง

เมื่อเราไม่เคารพตัวเอง อะไรที่จะเกิดผลที่เราอยากได้ เราก็จะทำตามสิ่งเหล่านั้น หรือเมื่อเกิดอารมณ์อย่างไรก็จะทำตามอารมณ์อย่างนั้น อย่างนี้ดูแล้วมันก็เอาเป็นเครื่องวัดไม่ได้ คือ เอาอารมณ์ของตัวเอง เอาความคิด เอาความรู้สึกเป็นเครื่องวัดไม่ได้ เราต้องเอาสิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านแนะนำ แล้วมาดูว่ามันเกิดจากความรู้สึกอย่างไร มันเกิดจากเบื้องหลังอย่างไร เมื่อเราเห็นแล้วว่า เออ..อันนี้เกิดจากจิตใจที่ปรารภในสิ่งไม่ดี ปรารภในสิ่งที่เป็นบาป ปรารภในสิ่งที่เป็นอกุศล ปรารภในสิ่งที่จะสร้างความทุกข์เดือดร้อนให้ตัวเองและผู้อื่น อย่างนี้มันก็เกิดความละอายขึ้นมา ความละอายอันนี้ไม่ได้ทำให้จิตใจของเราหดหู่ หรือทำให้จิตใจของเราตำหนิตัวเอง แต่มีความภาคภูมิใจว่า เออ..เราทำสิ่งที่ถูกแล้ว ดีแล้วจิตใจเป็นกุศล เราเลยมีขอบเขตตั้งเอาไว้

โอตตัปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อบาป เหตุปัจจัยในจิตใจของมนุษย์ที่เกิดความเกรงกลัวต่อบาป คือความเคารพผู้อื่น คือเราเคารพผู้อื่น เรามีความเคารพในฐานะที่ว่าเขาเป็นมนุษย์ด้วยกัน เราเป็นมนุษย์เขาก็เป็นมนุษย์ต่างเป็นมนุษย์ด้วยกัน ในฐานะที่เราเป็นมนุษย์ด้วยกันเรารักความสุขเราเกลียดความทุกข์รักความสุขกันทุกคน เกลียดความทุกข์กันทุกคน ไม่มียกเว้น ในเมื่อเป็นอย่างนี้ เราก็ไม่อยากจะล่วงสิทธิของเขา ไม่อยากจะทำให้เกิดความเดือดร้อนกับผู้อื่น ไม่อยากจะทำอะไรที่จะสร้างความลำบากหรือความเป็นโทษในชีวิตของเขา มันเลยมีความเคารพต่อผู้อื่น เลยมีความเกรงกลัวต่อบาปเกิดขึ้น

อีกอย่างหนึ่งนั้น มันเกิดขึ้นเพราะเราเข้าใจในลักษณะของความเป็นจริง คือ **ในความเป็นจริงทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นอาศัยเหตุอาศัยปัจจัย เมื่ออาศัยเหตุอาศัยปัจจัยแล้วมันจะต้องมีผลปรากฏ อันนี้เราเรียกว่ากฎแห่งกรรม** ทุกอย่างที่เกิดขึ้นมันเป็นเหตุเป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน มีอะไรบ้างไหมที่เกิดขึ้นโดยไม่มีเหตุ ไม่มี จะเป็นทั้งในแง่วิทยาศาสตร์ ในแง่วัตถุภายนอกอันนี้ก็เป็นหลักธรรมชาติ ถ้าเราดูในหลักจิตใจของเราก็เช่นเดียวกัน คือทั้งรูปธรรมทั้งนามธรรม ทั้งโลกภายนอกทั้งโลกภายใน จะต้องอยู่ภายใต้กฎอันนี้ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นจากเหตุ เมื่อมีเหตุแล้วมันก็จะต้องแสดงผลออกมาทุกอย่างต้องอาศัยกฎแห่งกรรม

เราไม่ต้องไปสงสัยกันในเรื่องของกรรม คือบางทีเราใช้คำศัพท์ในภาษาไทยไม่ตรงกันกับที่พระพุทธเจ้าท่านใช้ หรือกับหลักศาสนา **กรรม เป็นคำกริยา แปลว่าการกระทำ หรือกระทำ มันเรื่องง่ายๆ ทำแล้วมันก็เป็นผลออกมา** ทำกรรมแล้วก็มีวิบากเป็นผลออกมา มันก็เป็นหลักธรรมชาติ เมื่อดูในหลักธรรมชาติอันนี้ เราเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่ทำนั้นมันก็จะต้องมีผลปรากฏ เมื่อจะมีผลปรากฏในแง่ที่ว่าถ้าเราเป็นผู้เคารพตนเองและเคารพผู้อื่น เราก็อยากจะให้ผลที่ปรากฏนั้นเป็นสิ่งที่ดีที่ปรากฏขึ้นมาในโลกนี้

เราเป็นมนุษย์ เป็นผู้มีจิตใจที่สามารถรู้จักดีรู้จักชั่ว
รู้จักสิ่งที่ถูก รู้จักสิ่งที่ผิด เมื่อเรามีความสามารถอย่างนี้
เราก็ควรที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์ ให้เกิดสิ่งที่ดีออกมา

อย่างเช่นเวลาเราจะทำอะไร หรือเราจะคิดอะไร เราควรที่จะตั้งคำถามเอาไว้ว่า อันนี้สมควรแก่เราหรือไม่ คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยจะได้พิจารณาตัวเอง ไม่ค่อยได้คิดพิจารณา ไม่ค่อยได้คิดทบทวนดูว่าเกิดความรู้สึกอย่างไร มีอารมณ์อย่างไร มีความเห็นอย่างไร ไม่ค่อยได้ทบทวนดู แต่ถ้าหากว่าเราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ท่านทรงสอนแล้วสอนอีกว่าทำอะไรให้ใคร่ครวญให้ดีเสียก่อน พิจารณาให้ดีเสียก่อน เราจึงต้องเป็นผู้ที่ฝึกใจของเราให้เกิดความใคร่ครวญ ถามตัวเองว่าอันนี้สมควรหรือไม่ อันนี้เป็นสิ่งที่สมควรในฐานะที่เราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า อันนี้สมควรในฐานะที่เราเป็นมนุษย์ที่เราเป็นผู้ที่เชื่อว่าเราเป็นคนที่มีความเฉลียวฉลาด มีสติปัญญา ถ้าเราถามอย่างนี้ ความรู้สึกจะเกิดขึ้นในจิตใจอยากจะทำอะไรที่ดี และก็เราจะยิ่งเห็นว่า สิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านสอน เป็นคำสอนที่ชักชวนให้เราทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์เรา เป็นประโยชน์ผู้อื่น

อย่างเวลาเราอยู่ด้วยกัน ทำหน้าที่ เราก็ทำหน้าที่ช่วยคนอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเราเป็นพยาบาล เราทำหน้าที่ดูแลสุขภาพร่างกายของผู้อื่น เรากำลังช่วยเขา แต่เราก็ต้องพยายามทำให้ใจของเราด้วยเหมือนกัน เพราะว่าเวลาเราทำหน้าที่การงานหรือเกี่ยวข้องกับเพื่อนมนุษย์เราจะต้องมีธรรมะอยู่ในใจ เช่น มีศีล เพื่อช่วยให้เรามีขอบเขต คือ เรามีความระมัดระวัง หักห้ามการกระทำหรือการพูดที่จะล่วงเกินสิทธิของเขา หรือจะสร้างความเดือดร้อน อันนี้เป็นในขั้นกายและวาจา การกระทำและการพูด แต่การกระทำของมนุษย์เราก็ไม่ใช่เฉพาะแค่กายและวาจา ไม่ใช่เฉพาะแค่ส่วนภายนอก ส่วนภายในก็ยิ่งเป็นสิ่งที่สำคัญตามที่ได้อธิบายแล้ว

เราก็จะต้องสังเกตดูว่า แม้แต่ศีลในพระพุทธศาสนาก็ไม่ใช่ว่าเกิดจากการห้ามปรามตัวเอง หรือการบัญญัติ และก็บังคับตัวเองให้ทำตามบัญญัตินั้น คือเราอาศัยการพิจารณาแล้ว ดูแล้วว่ามันเป็นสิ่งที่สมควรเป็นสิ่งที่น่าทำ น่ามีไว้ในชีวิตของตัวเอง

นอกจากศีลแล้ว เราก็ต้องพยายามให้จิตใจของเรามีความเบิกบาน ในแง่ที่เราต้องอยู่ด้วยกันและจะต้องทำงาน รับหน้าที่ เราก็คิดให้มีข้อใดข้อหนึ่งที่ช่วยให้จิตใจของเรามีความปกติ มีความสบายอันนี้ก็คือ เมตตา

เมตตาธรรมเป็นสิ่งที่จะทำให้จิตใจของเราเข้าสู่ความปกติ แต่ให้เราเข้าใจว่า เมตตานั้นไม่ได้แปลว่ารัก เมตตาแปลว่า หวังดี ถ้าแปลตรงๆ นะ ให้มีความเมตตาซึ่งกันและกัน อันนี้แปลว่า หวังดี คือให้มีความหวังดี เบื้องต้นให้สังเกตดู ในคำแผ่เมตตา ก็ให้แผ่เมตตาให้ถึงตัวเองเสียก่อน ให้มีความหวังดีต่อตัวเองเสียก่อน ให้มีความคิดที่จะทำให้ตัวเองมีความสุขเสียก่อน อันนี้ไม่ใช่เป็นการเห็นแก่ตัว แต่เป็นการทำให้เราสำนึกถึงว่า หากว่าจิตใจไม่สบาย ไม่มีความพอใจหรือไม่มีความสุข จิตใจของเราต้องมีความปกติ ต้องมีความสบาย ต้องมีความสุข

เราจะทำอะไรลงไป ถ้าหากว่าเราจะรับการงานก็ดี จะทำหน้าที่กับคนอื่นก็ดี แม้แต่อยู่ในครอบครัวด้วยกัน หรืออยู่กับคนอื่น ถ้าจิตใจของตนเองไม่มีความสุข ไม่มีความสบาย มันก็ทำอะไรลำบาก ร่วมกับคนอื่นก็ลำบาก ทำหน้าที่ก็ไม่สดชื่น ไม่มีกำลังใจ แต่ถ้าหากว่าเรามีความสุขในสิ่งที่เราทำ มันก็มีกำลังใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เราอยู่ในโลกนี้มันต้องอาศัยกำลังใจ เราอยู่ด้วยกันต้องอาศัยกำลังใจ ใจของเราต้องมีความพอใจ ทำอะไรก็ต้องมีความพอใจ จะเรียนหนังสือก็ตาม หรือจะทำการทำงานก็ตาม มันต้องมีความพอใจ มันต้องสบาย

เมตตาธรรมจึงเป็นสิ่งที่เราต้องพยายามให้มีเกิดขึ้น มีความหวังดีต่อตัวเองและมีความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์เรา มีอะไรก็ให้สังเกตดูภายในจิตใจของเรา เช่น เกิดความไม่พอใจ หรือเกิดความหงุดหงิด หรือเกิดความรำคาญ ก็รีบดูว่าใครเป็นผู้ที่รับความเดือดร้อน ก็เราเป็นผู้ที่รับความเดือดร้อนทันทีเลยล่ะก็ตั้งความเมตตาต่อตัวเองเสียก่อน ถึงอย่างไรก็อย่าเก็บอันนี้เอาไว้ พยายามรีบละอารมณ์อันนั้นชำระจิตใจออกจากอารมณ์อันนั้น อย่าหมกมุ่นในความรู้สึกอย่างนั้น เพราะว่ามันไม่สบายสำหรับตัวเอง ดูแล้วมันก็เป็นทุกข์ ถึงจะมีเหตุผลสักขนาดไหน เช่น

ถ้าเราเกิดความรำคาญหรือไม่พอใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
มันมักจะใส่ทิฏฐิความเห็น เรามีความเห็นอย่างใดอย่างหนึ่ง
เกิดความไม่พอใจ เกิดความคิดในใจว่า เขาไม่น่าทำอย่างนั้นเลย
คือมันมีเหตุผลมาก แต่ก็เป็นเหตุผลของกิเลสที่มันทำร้ายตัวเอง
ทำลายสุขภาพจิตใจของตัวเอง ทำลายความสบายของตัวเอง

เราจึงต้องเป็นผู้ที่มีเมตตาต่อตัวเอง มีความหวังดีต่อตัวเอง เช่น เวลาเราแผ่เมตตาก็แผ่เมตตาให้ถึงตัวเองเสียก่อน ขอให้ตัวเองมีความสุขเสียก่อน อย่างนี้ก็เป็นการตั้งความรู้สึกให้สมบูรณ์เสียก่อน เราทำอะไร ถ้าหากว่าจิตใจไม่สบาย ไม่มีความพอใจหรือไม่มีความสุข ทำอะไรก็มักจะไม่ค่อยได้ผลดีเท่าไร

เวลาเราอยู่ร่วมกันกับเพื่อนมนุษย์ เราก็ต้องสามารถแผ่เมตตาให้เขาได้ และไม่ใช่ว่าจะต้องรักเขา ไม่ใช่ว่าจะต้องยินดีชื่นชมว่าเขาทำอะไรดี แต่ว่าเราหวังดีต่อเขา **แม้แต่คนที่ทำอะไรไม่เหมาะไม่ควร ดูแล้วมันก็ใช้ไม่ได้ อันนี้ไม่ใช่ว่าเราไม่รู้ แต่ว่าอย่าไปเก็บไว้เป็นของเน่าในจิตใจของเรา** รีบตั้งเมตตาไว้ คืออย่างไรก็ให้เรามีความหวังดีต่อกัน

วันนี้คนนี้เขาสร้างความเดือดร้อนให้เรา หรือเขาทำอะไรโง่ๆ เสียเหลือเกิน เราก็ตั้งความหวังดีว่า เออ..วันหน้าเขาก็อาจจะฉลาดขึ้น วันหน้าเขาก็อาจจะดีขึ้นคือ อย่าเก็บอารมณ์ให้มาเป็นสิ่งที่ทับถมจิตใจของตัวเองและเป็นการปิดบังโอกาสที่จะทำอะไรที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมได้ อย่างนี้มันเป็นสิ่งที่ทำให้เราอยู่ทำงานได้ อยู่กับมนุษย์ได้ **เพราะว่าอย่างไรก็ตาม การอยู่กับมนุษย์มันต้องขัดใจ มันต้องมีเรื่องอยู่ตลอด** ถึงจะอยู่ในวัด ก็หนีไม่พ้นหรอก จะอยู่ในที่ทำงาน จะอยู่ในครอบครัว หรือแม้แต่จะไปอยู่ในวัด มันก็หนีไม่พ้น ยิ่งเป็นเจ้าอาวาสละก็ยิ่งมีเรื่องเยอะแยะล่ะ แต่ว่าเราเป็นผู้ที่เอาคุณธรรมมาใส่ไว้ในใจของเรา

เรามาเอาคุณงามความดีเป็นสิ่งอาศัย และก็มองโลกในแง่หวังดี มันก็ทำให้เรามีความเบิกบานใจ เพราะว่าอย่างไรก็ตามเราเองทำอะไรที่ผิดพลาด หรือเราเองทำอะไรที่ไม่ดีไม่งามนั้นมันก็มีเหมือนกัน มี..ไม่ใช่ว่าเราทำถูกทุกอย่าง ไม่ใช่ว่าเราดีทุกครั้ง และก็เวลาเราเองทำไม่ดีมันเกิดจากอะไร มันเกิดจากความไม่รู้ มันไม่รู้ ถ้าหากว่าได้รู้แล้วก็คงจะไม่ทำอย่างนั้น คนอื่นเขาก็เช่นเดียวกัน โลกนี้ทั้งโลกที่ได้อยู่ด้วยกัน เกิดความเดือดร้อน เกิดความสับสน เกิดความวุ่นวายก็เนื่องจากความไม่รู้ อวิชชา

**อวิชชาเป็นความไม่รู้ และเป็นสิ่งที่มีอยู่ประจำโลก
แต่ว่าคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นคำสอนที่จะกำจัดอวิชชาได้
คือ ไม่ได้กำจัดอวิชชาทั่วโลก แต่ว่ากำจัดอวิชชาในจิตใจของผู้ที่มีความหวังในประโยชน์
ของชีวิตตัวเอง กำจัดอวิชชาในจิตใจของผู้ที่มีความตั้งใจที่จะอยู่ได้โดยความปกติ**

เพราะว่าจิตใจของเราที่มีความรู้ความเข้าใจในความเป็นจริง และสามารถที่จะปฏิบัติความรู้อันนั้น อันนี้เราเรียกว่า ปกติ เป็นความปกติของการเป็นมนุษย์ ซึ่งเป็นสิ่งที่พวกเราควรปรารถนากันทุกคน และก็เป็นสิ่งที่สูงสุดในชีวิตของเราด้วย

สำหรับวันนี้อาตมาก็ได้แสดงธรรมเป็นข้อคิดให้ญาติโยม
ก็พอสมควรแก่เวลา ก็ขอยุติลงเพียงเท่านี้

- เอวัง -






WET FLOOR



ศิลปะของชาวพุทธ

ถ้าเราเป็นชาวพุทธเราควรที่จะมีศีล
มีการทำบุญ มีศิลปะในการดำเนินชีวิต
ให้สามารถที่จะสร้างความสุขได้

บุญ : ศิลปะของชาวพุทธ

ต่อจากนี้ไปก็ขอให้ญาติโยมตั้งใจฟังธรรม วันนี้เป็นวันทำบุญกัน วันข้าวประดับดิน ก็เป็นประเพณีที่จะได้ทำบุญหาญาติหรือผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว ซึ่งเป็นประเพณีที่ดีอยู่ ดี.. เราทำบุญเพื่อให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เราระลึกถึงผู้ที่ได้ไปก่อนเรา ไม่ว่าจะเป็นปู่ย่าตายาย บรรพบุรุษของเรา เราก็ระลึกถึง ได้ทำความดีและอุทิศส่วนความดีอันนั้นให้ เป็นประโยชน์อยู่

การทำบุญนั้นน่าจะเอาความดีมาทำบุญ สมัยก่อนทำบุญวันข้าวประดับดิน ก็เอาข้าว เอาแกง เอาขนมไปวางไว้ตามบ้านหรือตามที่ต่างๆ ที่คนซึ่งตายไปแล้วเคยอยู่กัน วางเอาไว้ แล้วร้องว่า "เอ้า..มากินเด๊อ มากินเด๊อ" ฮ่วย.. มีแต่มดกับหมาเท่านั้นแหละได้กิน ไม่ได้ประโยชน์เท่าที่ควร และหลังจากเอาอาหารไปวางแล้วก็คงจะกลับมากินเหล้ากันต่อ ไม่ทำอะไรอีก มันเลยไม่ค่อยเป็นบุญกันเท่าไร ก็ดีอยู่หรอก แต่ว่าเราต้องนึกว่าเราจะทำอะไรจึงเป็นบุญ

**บุญ ก็คือคุณงามความดีที่เราทำเอาไว้ดี
ไม่มีโทษและเมื่อเป็นบุญมันไม่น่าจะมีโทษ
และก็ไม่น่าจะไร้เหตุผล ต้องมีเหตุผล
ต้องมีความเฉลียวฉลาด ต้องมีความถูกต้อง
จึงจะเป็นบุญที่สมบูรณ์**

เพราะว่าเราผู้เป็นพุทธบริษัท ก็มีความเชื่ออยู่ว่าบุญที่เราทำนั้นเป็นสิ่งที่นำความสุขมาให้ตนเอง และนำความสุขมาให้ผู้อื่น จึงเป็นเหตุให้เราทำบุญกัน ถ้าหากว่าไม่มีความเชื่ออย่างนี้ก็คงจะไม่มีใครทำบุญหรอก เพราะเรามีความเชื่อมั่น เมื่อได้ทำลงไปแล้ว บุญก็นำความสุขมาให้ตนเอง นำความสุขมาให้ผู้อื่น น่าจะมีความคิดอย่างนั้น แต่ว่าบางทีมันก็สับสนเหมือนกัน

บุญ ทุกวันนี้ก็มีหลายแบบ ทำบุญลงไปแล้วก็เมากัน ตีกันก็มี ตีกันเป็นบุญน่ะมันก็ยากนะ มันก็ลำบากนะความคิดน่ะ ความคิดของคนมันสับสน แต่ในพุทธศาสนานั้นก็ชัดเจนอยู่แล้ว ภาษาบาลีว่า **ปุญญะ** (ปุน-ยะ) การกระทำที่ทำให้ความสุขเกิดขึ้น พูดตามความเป็นจริง ในลักษณะของชีวิตของมนุษย์ ความสุขเกิดได้ยาก และยิ่งเป็นความสุขที่ไม่มีโทษนั้นก็ยิ่งเกิดได้ยาก เราจึงต้องเป็นผู้ที่มีความเฉลียวฉลาด จึงจะหาความสุขให้ตนเองได้ และให้เป็นการใช้ชีวิตเพื่อให้ผู้อื่นได้รับความสุขด้วย

วิสัยของมนุษย์เราก็รักความสุขและเกลียดความทุกข์อยู่เป็นพื้นฐานในจิตใจ ทำอย่างไรจึงจะให้ความสุขเกิดขึ้น นี่พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงสั่งสอนอยู่ทุกแง่ทุกมุมของชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิธีที่จะทำให้ความสุขเกิดขึ้น อย่างในอริยสัจ ๔ ซึ่งพูดถึงเรื่องความทุกข์

เป้าหมายในการสอนอริยสัจ ๔ นั้น
เพื่อจะได้กำจัดความทุกข์ เพื่อจะได้ดำเนินชีวิต
โดยไม่มีความทุกข์ครอบงำ หรือเพื่อให้ความสุขได้เกิดขึ้น

พระพุทธเจ้าท่านก็เลยมีทั้งวิธีป้องกันและวิธีปฏิบัติ **วิธีที่ปฏิบัติให้เกิดความสุขโดยตรง พระพุทธเจ้าท่านว่า บุญ** เราจึงต้องรู้จักทำสิ่งที่เป็นบุญ สิ่งที่เป็นบุญนั้นก็มีหลายแบบหลายอย่าง เหตุที่จะเกิดเป็นบุญก็หลายอย่าง **อย่างการทำบุญถวายทาน** อันนี้ก็เป็นอย่างหนึ่ง แต่ไม่ใช่อย่างเดียว เพียงแต่มันคุ้นหู เพราะเคยใช้กันมานาน พอพูดถึงการทำบุญ ก็นึกแต่ว่าจะถวายของ ถวายทาน แต่ที่จริงพระพุทธเจ้าท่านพูดกว้างกว่านั้น รอบคอบกว่านั้นมาก

อย่างการรักษาศีลก็เป็นบุญ เพราะนำความสุขมาให้ อย่างเราละเว้นจากการเบียดเบียน ยกเว้นจากการเอาเปรียบกัน ยกเว้นจากการทะเลาะกัน ก็เป็นบุญมากในชีวิต คิดดูนะโลกนี้จะเป็นอย่างไร ชีวิตของเราจะเป็นอย่างไร ถ้าหากว่าคนเราสามารถที่จะงดเว้นยับยั้งเจ้าของไว้ ไม่เบียดเบียนกัน ไม่เอาเปรียบกัน ไม่ประพฤติตามความอยากของตนเอง เพราะว่าเมื่อมีความอยากก็มีความเห็นแก่ตัว เมื่อมีความเห็นแก่ตัวก็เกิดการกระทบกระเทือนต่อผู้อื่นได้ การเป็นผู้รักษาศีลก็เลยเป็นบุญ ทั้งตัวเอง ไม่ได้ทำสิ่งที่เป็นโทษและก็ไม่ได้สร้างโทษให้แก่ผู้อื่น มันก็เป็นบุญ นำความสุขมาให้ผู้อื่นได้

การภาวนาก็เป็นบุญ พระพุทธเจ้าตรัสว่าการภาวนาฝึกหัดจิตใจให้มีความเจริญเป็นบุญ นำความสุขมาให้ จิตใจที่ฝึกดีแล้วก็เป็นจิตใจที่มีบุญ หากไม่หมกมุ่นอยู่ในอารมณ์ที่เศร้าหมอง หรือถ้าหากว่า

มีอารมณ์ที่เศร้าหมองเกิดขึ้นก็รู้จักวิธีที่จะกำจัด รู้จักวิธีที่จะแก้ไข ก็เป็นผู้ภาวนา เป็นผู้ฝึกหัดจิตใจ เมื่อเป็นอย่างนี้จิตใจก็มีความสุข เพราะว่าโดยธรรมดา อารมณ์และความรู้สึกของคนเราเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพราะการกระทบภายนอกก็ดี เพราะอนิจจังครอบงำจิตใจของเราเองก็ดี จิตใจของเราจึงเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย อารมณ์ก็ขึ้นๆ ลงๆ สิ่งภายนอกเราก็ไม่สามารถที่จะบังคับให้ถูกใจเรา ก็เลยมีการเปลี่ยนแปลง

ถ้าหากว่าอารมณ์ของเราและความรู้สึกของเราเปลี่ยนแปลงโดยไม่มีหลัก คือ โดยจิตใจที่ไม่เจริญ เมื่อเกิดความสุขก็ดีอกดีใจ เมื่อเกิดความทุกข์ก็เสียใจ ถ้าหากว่าใจของเราขึ้นๆ ลงๆ อย่างนี้ ดีใจ เสียใจ ถูกใจไม่ถูกใจ มันก็สับสนไม่มีหลัก เดี๋ยวจิตใจก็พองขึ้นมา เดี๋ยวก็แฟบลง ถ้าพองๆ แฟบๆ อย่างนี้ละก็ มันก็ยุ่งล่ะ

เราต้องเป็นผู้ภาวนา
ฝึกหัดจิตใจของเราให้มีความสม่ำเสมอ
ถึงมีอารมณ์เกิดขึ้นก็ไม่ให้เป็นทาสของอารมณ์นั้น
ไม่ให้เชื่อในอารมณ์นั้นจนเกินไป

บางคนนั่งอยู่บ้านคนเดียว นึกถึงคนอื่น นึกถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมา ที่เคยชอบใจเคยถูกใจ ก็นั่งยิ้มนั่งหัวเราะอยู่ที่บ้านคนเดียว ปุ๊บปั๊บอารมณ์ก็เปลี่ยนไปนึกถึงว่าคนนั้นเขาว่าอย่างไร คนนั้นเขาเคยทำอย่างไร คนนั้นเขาเคยนินทาเรา คนนั้นเขาเคยโกงเรา ก็ไปนั่งร้องไห้ นี่ล่ะมันก็ลักษณะของคนบ้าคนโรคประสาทล่ะ นั่งอยู่หัวเราะบ้างร้องไห้บ้าง อย่างนี้ละไม่ไหว

เราต้องเป็นผู้ที่ภาวนา ต้องเป็นผู้ฝึกหัดจิตใจของเราให้มีความสม่ำเสมอ สามารถที่จะรับผิดชอบตัวเอง และนำความสุขมาให้ตัวเองได้ อย่างนี้ละเป็นผู้มีบุญ รักษาบุญของเจ้าของไว้ สร้างบุญให้เกิดขึ้นนี่ล่ะเป็นการทำบุญที่พระพุทธเจ้าท่านปรารถนา มันสมบูรณ์กว่าที่เราคิดกันอยู่ เช่น เอาของไปถวายพระนึกว่าเป็นบุญ ก็เป็นบุญอยู่ แต่ว่ามันก็ยังไม่สมบูรณ์ เป็นโอกาสส่วนน้อยที่จะได้บุญ เหมือนกับเราไปที่ร้านอาหาร เจ้าของร้านบอกว่า เออ..วันนี้โชคดี เราจะเอาอะไรก็ได้ เขาจะเลี้ยง เราจะสั่งอะไรก็ได้ที่เขามีในร้านอาหาร ภัตตาคารดีๆ เสียด้วย แล้วเราสั่งเพียงข้าวเปล่า อย่างนี้มันก็ไม่สมควร โอกาสที่จะได้อาหารทั้งกับทั้งแกงทั้งเนื้อทั้งปลาน่ะเยอะแยะ แต่ว่าเอาแต่ข้าวเปล่ากินกับน้ำปลาก็ได้อยู่ อิ่มอยู่เหมือนกันแต่มันก็ไม่สมบูรณ์ อันนี้ก็เหมือนกัน **การทำบุญก็มีหลายแบบหลายวิธี ถ้าคิดให้รอบคอบตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอน เราจะมีโอกาสได้ทำบุญอยู่ตลอด สร้างความสุขให้ตนเองอยู่ตลอด นำความสุขให้ผู้อื่นได้ตลอด**

การช่วยผู้อื่น อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านว่า ไวยวัจจะ การช่วย การช่วยผู้อื่น มีโอกาสที่จะช่วยเหลือผู้อื่น คนไหนมีความลำบาก ตกยากอยู่ เราช่วยเขา ก็เป็นบุญ เห็นผู้ใดผู้หนึ่งมีความอ่อนแอไม่สบายกายหรือแม้แต่ขาดความสามารถอย่างใดอย่างหนึ่ง เราเห็นแล้ว เราเข้าไปช่วยเขา เราก็ได้บุญ ได้ช่วยผู้อื่นจะเข้าวัดก็ดี จะอยู่ในบ้านก็ดี มีโอกาสที่จะทำอะไรที่จะเป็นประโยชน์แก่ส่วนรวม ก็เป็นบุญ นี่แหละเราสร้างบุญเอาไว้ ไม่ใช่ว่าจะต้องอาศัยสิ่งของ อาศัยเรี่ยวแรงของเราก็เกิดเป็นบุญขึ้นมา แม้แต่การที่เราทำความดีไว้แล้ว แล้วเราอุทิศส่วนบุญกุศลอันนั้น หรืออุทิศส่วนบุญอื่นใดที่เราทำให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นทำความดีอะไรไว้ เราก็นึกถึงผู้อื่น ขอให้พ่อแม่มีส่วนได้บุญที่เราทำ ขอให้อุปัชฌาย์อาจารย์ได้มีส่วนในการกระทำดีของเรา หรือแม้แต่ในวันข้าวประดับดินอย่างวันนี้ ขอให้ปู่ย่าตายายบรรพบุรุษผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เป็นญาติก็ดี เป็นมิตรสหายก็ดี ขอให้ได้มีส่วนร่วมในบุญวันนี้ ก็เป็นบุญ จิตใจของเราก็กว้างออกไป

โดยปกติมนุษย์เรามีปมด้อยอย่างหนึ่ง คือ ชอบคิดแต่เรื่องเจ้าของ ชอบคิดแต่เรื่องตัวเอง ตัวเองสำคัญ โลกทั้งโลกน่ะไม่สำคัญเท่า อันนี้มันเลยเป็นปมด้อย เป็นสิ่งที่บกพร่องในจิตใจมนุษย์ เมื่อไหร่ที่เราเกิดความคิดที่ขยายกว้างออกไป ความรู้สึกนั้น เช่น

ความดีที่เราทำ หรืออะไรที่เกิดขึ้นก็ให้ได้เป็นประโยชน์กับผู้อื่นด้วย อย่างนี้พระพุทธเจ้าก็ว่าเป็นบุญ จิตใจกว้างขวางประกอบด้วยคุณงามความดี มันก็นำความสุขมาให้เจ้าของ นำความสุขมาให้ผู้อื่น นี่ก็อย่างหนึ่ง

เราอุทิศส่วนบุญกุศลให้แก่ผู้อื่น หรือเราทำอะไรไว้ เราก็สามารถที่จะแบ่ง ขอให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการกระทำของเรา นี่ก็อย่างหนึ่ง บางคนก็อยากทำความดี แต่ว่าจะเหมาเอาหมดเลย กูจะเอาผู้เดียวล่ะ คนอื่นอย่ามายุ่งนะ อย่างนี้ละก็จิตใจมันแคบเหลือเกิน เราต้องรู้จักแบ่ง รู้จักแบ่งออกไป ให้จิตใจและการกระทำในชีวิตของเรากว้างออกไป เช่น ที่วัดหนองป่าพงและวัดสาขาจะมีกฐินเมื่อไหร่ก็จะต้องเป็นกฐินสามัคคี เพราะจะได้เป็นโอกาสให้หลายๆ คนมาร่วมกัน มารวมกันทำความดีพร้อมกัน ก็เป็นการสนับสนุนคุณงามความดี แล้วเราก็มีความสุขกัน ดีกว่าจะไปเหมาเอาคนเดียว หรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งน่ะ มันก็แคบไป น้อยไป ประโยชน์ที่เกิดขึ้นก็น้อยเกินไป

การทำความดีพร้อมๆ กัน มีการช่วยเหลือกันในการทำความดี พระพุทธเจ้าว่าเป็นบุญ เป็นเหตุให้เกิดบุญ เวลาที่เราทำอะไร เราก็สามารถช่วยกันได้ นี่มันเป็นบุญ มันก็ยากนะการเป็นมนุษย์นี่ ถ้าหากว่าเราต้องต่อสู้ชีวิตอยู่ผู้เดียว มันก็ยาก เราก็มีหลายคนช่วยกัน ความสุขก็เกิดขึ้น อันนี้ก็เป็นบุญในชีวิต

การฟังธรรม พระพุทธเจ้าก็ว่าเป็นบุญ การฟังธรรม หาความรู้ หาความเข้าใจในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง พระพุทธเจ้าว่าเป็นบุญ เป็นสิ่งที่ควรให้เกิดขึ้น ทั้งการฟังธรรม หรือการเสาะแสวงหาหนังสือที่จะให้ความรู้ในธรรมก็อย่างหนึ่ง การฟังเทศน์หรือการเข้าใกล้ผู้ที่มีคุณธรรมเพื่อที่จะได้ฟังแนวทางในการดำเนินชีวิต อย่างนี้ก็เป็นบุญ นำความสุขมาให้ เพราะโอกาสที่จะได้รับความรู้ในการใช้ชีวิตให้ถูก ต้องอาศัยวิญญูชนคือผู้รู้ ชี้แจงแนะนำวิถีทางในการดำเนินชีวิต อย่างนี้ก็เป็นบุญ

ความสุขก็เกิดขึ้นเวลามีความรู้ ถ้าหากว่าขาดความรู้ก็จะเป็นเหตุให้เราหลง หรือว่ามีความรู้ที่ยังไม่สมบูรณ์ก็ทำให้เรามีความเชื่อในสิ่งต่างๆ ที่ไม่เป็นประโยชน์ หรือไม่ตรงกับความเป็นจริง เคยได้ยินท่านพุทธทาสพูดว่า คนทางใต้เขาเคยมีความเชื่อว่า ถ้าหากว่าไม่ได้เอาขันน้ำไว้ในโอ่ง ตุ๊กแกจะมากัดเอา เขามีความเชื่ออยู่อย่างนั้นนะทางใต้ มันก็ไม่ค่อยจะมีเหตุผลนะ คงจะสอนเด็กๆ กระมัง หรือเอาไว้สอนเด็กๆ แต่มันกลายเป็นความเชื่อที่ทำให้คนกลัวกันทั้งๆ ที่ไม่มีเหตุผล แต่ก็มีประโยชน์อยู่เหมือนกันให้เด็กๆ ได้เอาขันน้ำไปไว้ในโอ่ง แต่มันทำให้เราเกิดความคิดที่ไม่มีเหตุผล มันไม่เสริมสติปัญญาของเรา

การฟังธรรมเลยยิ่งทำให้เรามีเหตุมีผลมีความรู้ที่ถูกต้องตามความเป็นจริง หรืออย่างที่เขาเชื่อกันมาตั้งแต่สมัยโบราณว่า สุริยคราสมีสาเหตุมาจากกบมากินพระอาทิตย์ เลยเกิดความเชื่อกันมาอย่างนั้นก็ไม่มีเหตุผล ไม่รู้ตามความเป็นจริง เลยเกิดความกลัวในสิ่งที่ไม่น่ากลัว กบจะไปกินพระอาทิตย์น่ะมันเกินไปไม่มีเหตุผล เราผู้เป็นพุทธบริษัทเข้าใกล้วิญญูชน จะเป็นพระก็ดี เป็นนักปราชญ์ เป็นฆราวาสก็ดีก็ให้ไปฟังธรรม เพื่อให้มีหลักที่ถูกต้องในชีวิต ไม่โง่

มนุษย์เรามีความโง่หลายๆ อย่าง
เมื่อมีความโง่เราก็มีความกลัว อันนี้เป็นลักษณะของความหลง
โมหะคือไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็มีความกลัวเกิดขึ้น
มนุษย์ที่ดำเนินชีวิตโดยไม่กลัวเป็นผู้มีความสุข ไปไหนก็มีความสุข

อย่างคนเข้ามาในวัดนี้หลายคน วันก่อนก็มีโยมผู้หญิงคนหนึ่งเข้ามา เขาเห็นเชิงตะกอนเขาก็จะวิ่งหนีสามีก็อยากจะสนทนาธรรม เมียก็จะหนีท่าเดียว กระสับกระส่ายเดินไปเดินมาว่าทำอย่างไรจึงจะออกไปจากที่นี่ได้ เขากลัว มาอยู่ในป่าช้าเขากลัว เขาไม่นึกถึงว่าพระมาอยู่กันไม่รู้ว่ากี่ปีท่านก็อยู่ได้ ญาติโยมก็

เข้ามากันทุกวันๆ เขาก็อยู่ได้ เขามาครั้งเดียวเขาก็กลัวแล้ว อยากหนีแล้ว นี่..คนมีความกลัวไม่มีความสุข เมื่อไม่มีความกลัวไปไหนก็สบาย ไม่ต้องกลัวอะไร นี่เราก็อาศัยความรู้ เพราะความกลัวเกิดจากโมหะ การฟังธรรมจึงเป็นบุญ ทำให้เรามีความสุข

การให้ธรรมะก็เป็นบุญเช่นเดียวกันไม่ต้องถึงกับว่าไปเทศน์นี่เทศน์นั่น ไปรบกวนคน แต่ว่ามีโอกาสเมื่อไหร่ก็แนะนำกัน พูดตามประสบการณ์ของเรา หรือจะแนะนำลูกๆ หลานๆ ของเราให้รู้จักหนทางที่ถูกต้อง แนะนำกันไว้ หรือหาอุบายที่ชักจูงให้คนได้ทำความดีกัน ก็เป็นเหตุให้มีความสุข แต่ว่าตัวนี้ก็ต้องระมัดระวัง ผู้ที่ไปบังคับคนอื่นหรือเทศน์ให้คนอื่นฟัง บางทีแทนที่จะสร้างความสุขกลับสร้างความรำคาญ ก็ต้องระมัดระวังในเรื่องนี้ บางคนเขามาวัดไม่กี่ครั้ง ยังไม่มีหลักในตัวเองจะออกไปสอนคนอื่น อันนี้ก็ยากล่ะ ต้องมีหลักของเจ้าของ และก็ต้องระมัดระวัง คอยดู เขาพร้อมหรือเปล่า เขาสนใจหรือเปล่า เรามีอุบายที่แยบคายหรือเปล่า อย่างนี้ก็ต้องดู ดูเจ้าของอยู่เรื่อย

ถ้าหากว่าเราสามารถจะแนะนำหรือชักจูงให้ผู้อื่นได้มีความสนใจในธรรมะมากขึ้น สนใจในคุณงามความดีมากขึ้นก็เป็นธรรมทาน

พระพุทธเจ้าท่านสรรเสริญ เป็นสิ่งที่ทำประโยชน์และนำความสุขมาให้ ทั้งหมดนี้เราจะเห็นว่าการทำบุญมีหลายแบบหลายอย่าง ไม่ใช่เฉพาะแต่การถวายของ บางคนคิดว่าไม่มีของทำบุญไม่ได้ หรือของยังไม่พร้อมก็ยังทำบุญไม่ได้ หรือของยังไม่ดีพอ อยากจะให้ดีกว่านี้จึงจะทำบุญ อย่างนี้เป็นความคิดที่ผิด เพราะว่าการทำบุญมีหลายแบบหลายอย่าง เราไม่ต้องไปรอให้มีของหรอก ไม่ต้องไปรอให้มีวันมีเวลา วันพระจึงจะทำบุญ วันสำคัญทางศาสนาจึงจะทำบุญ อย่างนี้ไม่ถูก

เรามีโอกาสที่จะทำบุญอยู่สม่ำเสมอ จะเป็นการรักษาศีลก็ดี ภาวนาก็ดี อุทิศบุญกุศลก็ดี ช่วยเหลือผู้อื่นก็ดี ฟังธรรมก็ดี หลายๆ อย่าง หลายอย่างหลายแบบ มากกว่านี้ก็มี แล้วแต่เราจะคิด แล้วแต่ความฉลาดของเรา **เราใช้เวลาของเราเพื่อทำความดี ยิ่งทำให้เกิดความฉลาดมากยิ่งขึ้น ยิ่งเป็นการสร้างบุญในชีวิต**

เราเกิดมาเพื่ออะไร ถ้าหากว่าเกิดมาเพื่อให้มีความเศร้าหมอง มีความรำคาญหงุดหงิดอยู่ในใจตลอดเวลา อย่างนี้ก็แย่ แต่ว่าพูดถึงตามโอกาสของเรา เกิดมาแล้วเรามีร่างกายเรามีจิตใจ

เราใช้ร่างกายนี้เราใช้จิตใจนี้เพื่อทำความดี สร้างความสุขให้เกิดขึ้นสำหรับตัวเองสำหรับผู้อื่น ถ้าเราใช้ชีวิตอย่างนี้โลกนี้ก็น่าอยู่ ชีวิตเราก็มีประโยชน์ เราก็ทำความร่มรื่นให้เกิดขึ้นในจิตใจของเรา สร้างความร่มรื่นให้แก่ผู้อื่นที่เรามีส่วนเกี่ยวข้อง จะเป็นครอบครัวก็ดี เป็นมิตรสหายก็ดี เราก็เกิดความฉลาดในการสร้างความสุข นี่เป็นศิลปะ **ศิลปะของชาวพุทธ ถ้าเราเป็นชาวพุทธเราควรที่จะมีศีล มีการทำบุญ มีศิลปะในการดำเนินชีวิต ให้สามารถที่จะสร้างความสุขได้**

สำหรับวันนี้อาตมาก็ได้พูดพอสมควรแก่เวลา ก็ขอยุติลงเพียงเท่านี้

- เอวัง -




CORONA





ความทุกข์ที่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา
บางทีก็เป็นเรื่องราวของธรรมชาติ
ที่มันต้องเป็นอย่างนั้น
บางอย่าง ก็เป็นส่วนที่
เราทำให้เกิดขึ้นมาสับสนเพิ่มเติมเอง

ทางแก้ทุกข์

ต่อจากนี้ไป ขอให้ญาติโยมตั้งใจฟังธรรม โอกาสนี้เป็นโอกาสดีที่จะได้พิจารณาธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อจะได้น้อมระลึกถึงธรรมะคือความจริง คำสั่งสอนต่างๆ ที่เรารู้จัก ได้ยินได้ฟังกันอยู่นั้น มีส่วนหนึ่งที่เราทุกคนควรพิจารณาและระลึกไว้ในใจเสมอ คือ *ความเป็นจริง* ซึ่งถ้าเราระลึกถึงความเป็นจริงของชีวิตไว้เสมอแล้ว ชีวิตก็จะมีหลัก ตั้งหลักได้

อาตมาเคยอ่านเรื่องของอาจารย์กรรมฐานในทิเบต เป็นอาจารย์ของมิลาเรปา ซึ่งพวกเราอาจจะเคยได้ยินชื่อ ท่านไม่ถึงกับเป็นนักบวช แต่ใช้ชีวิตอย่างฤๅษี ชาวทิเบตนับถือท่านเป็นพระอรหันต์ อาจารย์ของมิลาเรปาชื่อมาร์ปา เป็นผู้ที่นำคัมภีร์ต่างๆ ทางพระพุทธศาสนาเข้าไปในทิเบต ได้ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ

มากมายในการค้นคว้าหาความรู้ แปลคัมภีร์ต่างๆ เป็นภาษาทิเบตเพื่อก่อตั้งพุทธศาสนาในประเทศนั้น ตัวท่านเองก็ไม่ได้เป็นพระแต่เป็นนักปราชญ์ ฝักใฝ่ในการปฏิบัติธรรม มีลูกศิษย์ลูกหามากมาย ทั้งที่เป็นฆราวาสและเป็นนักบวช มีอยู่ครั้งหนึ่ง เมื่อบุตรชายของท่านเสียชีวิต ท่านก็ร้องไห้ ลูกศิษย์บางคนจึงเข้าไปถามว่า ท่านอาจารย์สอนเรื่องความว่างและความเป็นมายาของโลก แล้วทำไมยังร้องไห้เมื่อลูกเสียชีวิต ท่านตอบว่า "นั่นแหละการเสียชีวิตของลูกนั่นเป็นตัวว่างและตัวมายาที่สุดละมันต้องมีอย่างนี้ เป็นเรื่องธรรมดา" ธรรมดาคนเราจะเป็นคนระดับไหนก็ตาม ก็ต้องมีความรู้สึกนึกคิด เมื่อมีความผูกพันในจิตใจก็ต้องมีความรู้สึก อันนี้ให้ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนลักษณะของโลก ลักษณะของชีวิตเรา
เป็นสิ่งที่มีความบกพร่องอยู่ตลอดกาลตลอดเวลา
ความบกพร่องนี้ท่านเรียกว่าตัว *ทุกข์*

และท่านก็ระบุเอาไว้ชัดเลยว่า ทุกข์นั้นคืออะไร ก็ ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง โสกะปริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา ก็เป็นสูตรอย่างนี้ ซึ่งมีทุกข์ทางกาย ทุกข์ทางใจ ทุกข์ของความเกิดก็มี ทุกข์ของความแก่ก็มี ทุกข์ของความตายก็มี อันนั้นก็เป็นส่วนภายนอก เป็นเรื่องของร่างกาย

ส่วนทางจิตใจก็เป็นลักษณะที่เรียกว่าธรรมชาติธรรมดา โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส เป็นความรู้สึกภายในจิตใจของมนุษย์ที่ต้องมี เพราะอะไร

ก็เพราะเราเกิดขึ้นมา อาศัยในร่างกายที่บกพร่อง
เกิดขึ้นมาด้วยจิตใจที่ต้องมีความรู้สึกเป็นธรรมดา
รับความสุข รับความทุกข์ รับความถูกใจและไม่ถูกใจ
เพราะฉะนั้น ความรู้สึกเสียใจจึงเป็นเรื่องธรรมดา
เป็นสิ่งที่น่าศึกษา เพราะมันเป็นความรู้สึกที่มีอยู่ตามธรรมชาติ

หรืออย่างที่ในภาษาบาลีท่านเรียกว่า **โสกะ ปริเทวะ** หรือความโศกเศร้า ซึ่งความหมายในที่นี้ต่างไปจากความเข้าใจของเราที่มีในภาษาไทยอยู่บ้าง ในภาษาบาลี โสก หรือ โสกะ เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมีอะไรไม่ถูกใจ ซึ่งก็เป็นเรื่องที่เราก็ต้องมีกันอยู่ทุกคน การพลัดพรากจากสิ่งที่เรารักเราพอใจ หรือได้ประสบกับสิ่งที่เราไม่ชอบ ไม่อยากประสบเลย ความรู้สึกเหล่านี้ท่านเรียกว่า **โสกะ**

ส่วน**ปริเทวะ** เป็นความรู้สึกที่เรียกว่าสุดที่จะทนทาน ก็เป็นความรู้สึกที่เป็นธรรมดาของชีวิตมนุษย์อีกเช่นกัน บางครั้งเราจะรู้สึกว่ามันเหลือทนจริงๆ อย่างที่อาตมาเคยอ่านพระสูตรสูตรหนึ่ง มีอยู่ครั้งหนึ่งพระอานนท์ท่านไปเยี่ยมพระจุนทะซึ่งเป็นน้องชายของพระสารีบุตร กำลังอาพาธด้วยโรคเกี่ยวกับท้อง พระจุนทะท่านเองก็เป็นพระอรหันต์ ท่านบอกกับพระอานนท์ว่ามันเหลือทนจริงๆ เวทนาความเจ็บปวดมันมีมากเหลือเกิน เหมือนกับมีช้างมาเหยียบที่ท้องของเรา

ความพลัดพรากจากสิ่งที่เรารักและชอบใจ ความพลัดพรากจากผู้เป็นลูก พ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง ซึ่งเป็นผู้ที่เรารัก ผู้ที่เรามีความผูกพันทางใจ จึงต้องมีความรู้สึกเศร้าโศกเกิดขึ้น ให้ถือเสียว่ามันเป็นส่วนประกอบของชีวิตมนุษย์ที่เรียกว่า ความทุกข์ เพราะเหตุว่าชีวิตของมนุษย์เราไม่สามารถประกัน

ได้ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น ประกันไม่ได้ว่าจะมีอะไรที่เป็นมาและเป็นไป ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตใจของมนุษย์ก็อยู่ในสภาพที่รับรองไม่ได้ ประกันไม่ได้เช่นกัน หวังให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ มันเป็นความรู้สึกที่เสียดแทงจิตใจของเราอยู่ตลอดเวลา ซึ่งมนุษย์เราก็พยายามหลีกเลี่ยงหลีกหนีให้ไกลไว้ แต่ทว่าความรู้สึกเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ที่ทุกคนต้องมีโทมนัส ความเศร้าโศกอันเกิดจากความไม่แน่นอน ความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วกะทันหันโดยไม่คาดคิด พระพุทธเจ้านั้นท่านเป็นผู้พินิจพิจารณาในเรื่องราวความเป็นไปของชีวิตอย่างละเอียด รอบคอบ พระองค์จึงรู้จักชีวิตของมนุษย์ดี

พระองค์ประจักษ์แจ้งในตัวไม่แน่
ในความรู้สึกนึกคิดที่แปรเปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว
อันทำให้จิตใจของเราหวั่นไหวไปตามอารมณ์นั้นๆ

คำว่า **อุปายาส** ก็เป็นความรู้สึกคับแค้นใจ ความสิ้นหวังต่อสิ่งที่จะมาทำอันตราย หรือเป็นศัตรูต่อเรา หรือต่อสิ่งต่างๆ ที่เราบังคับไม่ได้ เช่น ความเปลี่ยนแปลงของอากาศ เป็นต้น เพราะในฐานะที่เราเป็นมนุษย์ เราอยู่โดยอาศัยร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่จะต้องเสื่อม ต้องเสีย หรือมีอะไรขาดไปอยู่ตลอดเวลา จะต้องเจ็บ จะต้องตาย จะต้องรับปัญหาขัดข้องหลายๆ อย่าง สิ่งที่จะเป็นอันตรายต่อเราจึงมีมากมายเหลือเกิน ดังนั้น อุปายาส นี้ก็เป็นความรู้สึกธรรมดาของมนุษย์ เราจึงจำต้องหาทางออก หาทางแก้ไข ตัวอย่างเช่น เวลาเรามีความรู้สึกหิวเกิดขึ้น เราก็ต้องหาทางออกที่จะทำให้ความรู้สึกนั้นเปลี่ยนแปลงเพื่อที่เราจะได้สบายขึ้น ต้องหาอาหารมารับประทาน ก็พอช่วยได้บ้าง เวลาที่เรารู้สึกง่วงเราก็ต้องไปพักผ่อนหลับนอน

ส่วนความรู้สึกในทางจิตใจ มนุษย์เราก็มีวิธีการแก้ไขได้บ้าง แต่มักจะเป็นการแก้ไขได้ชั่วครั้งชั่วคราว บางทีก็เป็นการสร้างปัญหาเพิ่มขึ้นให้ยุ่งกันเข้าไปใหญ่ แต่สำหรับพวกเราที่เป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้า เราก็ต้องน้อมระลึกถึงคำสอนของพระพุทธองค์ว่า ท่านทรงแนะนำทางออก ทางแก้ไขไว้อย่างไร เบื้องแรกพระองค์ได้แนะให้เราพิจารณาดู เพื่อที่จะได้ยอมรับ ยอมฟัง ยอมศึกษา ให้รู้ชัดถึงความรู้สึกที่มีอยู่ เพราะทางที่จะแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เราจำเป็นที่จะต้องศึกษาปัญหาให้รอบคอบเสียก่อน ต้องรู้ตัวปัญหาให้ดีเสียก่อน ลักษณะเช่นนี้เป็นวิธีการของพระพุทธเจ้า พระองค์ให้เราเข้าไปดู ไปเห็น ไปรับรู้ ถึงความทุกข์ที่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา ศึกษาให้ชัดว่าอะไรที่เป็นต้นเหตุ

ความทุกข์บางอย่างที่เกิดขึ้น
บางทีก็เป็นเรื่องราวของธรรมชาติที่มันต้องเป็นไปอย่างนั้น
บางอย่างก็เป็นส่วนที่เราทำให้เกิดขึ้นมาสับสนเพิ่มเติมเอง

เช่น บางครั้งความยุ่งเกิดเพราะความอยาก ความต้องการของเราเอง หรือไม่ก็ความเห็นขัดแย้งกับผู้อื่น อย่างนี้มันเป็นทุกข์ที่เราทำกรรมที่เราก่อขึ้นมาเอง บางอย่างนั้นก็เกิดจากธรรมชาติ เช่น ความพลัดพรากจากผู้ที่เรารัก ความรู้สึกอย่างนี้เกิดขึ้นเราก็ต้องดูให้เห็นว่ามันเป็นธรรมชาติ แล้วก็ค่อยๆ แก้ไขไป

การแก้ไขก็แก้ตรงความรู้สึกนั่นเอง คือพอได้ยอมรับเสียแล้ว เราก็จะเห็นว่าความเป็นจริงเป็นอย่างนี้ เราจะแก้ไขอะไรได้ไหม ก็แก้ไม่ได้ เพราะเราเห็นแล้วว่า ลักษณะของโลกมันเป็นอย่างนี้ ความเป็นจริงของชีวิตก็เป็นอย่างนี้ จะให้เป็นไปอย่างอื่นก็เป็นไปไม่ได้

เราก็ต้องทำใจของเราให้เป็นกลาง ที่เรียกว่าเป็นกลางก็ไม่ใช่ว่าไม่มีความรู้สึกอะไร แต่ว่าเราวางตัวเป็นผู้รู้ เป็นผู้ดู เป็นผู้เข้าไปยอมรับอยู่ อย่างนี้ความเป็นปกติก็จะค่อยๆ เกิดขึ้นในจิตใจของเรา เพราะเรามีหลักที่สงบ เป็นหลักที่สว่าง

เราจึงต้องพยายามที่จะจัด ที่จะจุด และยึดแสงสว่างนี้ไว้ในใจของเรา **ตัวผู้รู้**เป็นตัวแสงสว่าง เราจึงต้องพยายามให้แสงสว่างเกิดขึ้น สว่างไว้ในใจของเรา สว่างโดยอาศัย เมตตาธรรม อาศัยความรู้ในความเป็นจริง อาศัยสองอย่างนี้ มีอะไรเกิดขึ้นก็พยายามให้มีความเมตตา เมตตาแปลว่าความหวังดี **เมตตาก็ดี กรุณาก็ดี มันเป็นคู่กันไป อาศัยตัวนี้เป็นตัวให้ความรู้สึกอบอุ่น ช่วยยกระดับจิตใจของเราให้อยู่ในความจริง ถ้าหากว่าอาศัยตัวผู้รู้อย่างเดียว เพียงแค่ดูเอาไว้ มันไม่อบอุ่นนะ ต้องอาศัยเมตตาธรรมด้วย**

ที่เรียกว่าเมตตานี้ก็ต้องระวังเหมือนกัน บางครั้งอาจจะเห็นความรักเป็นความเมตตา ซึ่งไม่ใช่นะ เพราะตัวรักนี้ก็พาให้เราทุกข์เหมือนกัน อย่างที่หลวงพ่อชาท่านเคยสอนแล้วสอนอีกว่า **“ตรงที่เรารักที่สุด นั่นแหละ มันจะพาให้ทุกข์ที่สุด”**

ข้อนี้พระพุทธเจ้าท่านก็เคยตรัสสอนไว้เช่นกัน อย่างมีพระสูตรหนึ่งที่พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงได้ยินการสนทนากันระหว่างพวกอำมาตย์ว่า พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ว่า สิ่งใดที่เรารัก สิ่งนั้นจะพาให้เราทุกข์ พระเจ้าปเสนทิโกศลได้ฟังดังนี้ก็รู้สึกขัดเคืองพระราชหฤทัย ตรัสถามพระมเหสีว่า พระพุทธองค์ทรงสอนเช่นนี้จริงหรือ พระมเหสีเองมีความศรัทธาเลื่อมใสในคำสั่งสอนของพระพุทธองค์อย่างแรงกล้าก็ทรงยืนยันว่าเป็นความจริง จึงเป็นที่ไม่สบอารมณ์ของพระองค์อย่างมาก ไม่ทรงยอมรับ และเห็นว่าคำสอนนี้ใช้ไม่ได้

พระมเหสีได้ยินดังนั้น ก็เกิดวิตกต่อความเห็นของพระองค์ จึงพาพระองค์ไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า พระเจ้าปเสนทิโกศลจึงถือโอกาสกราบทูลถามพระพุทธเจ้าด้วยพระองค์เองว่า ที่พระพุทธองค์เคยตรัสสอนว่า สิ่งใดที่เรารัก สิ่งนั้นจะพาให้เราทุกข์จริงหรือ พระพุทธเจ้าก็ทรงยืนยันว่าจริง พระเจ้าปเสนทิโกศลตรัสตอบว่า ถ้าเป็นเช่นนั้น เราไม่ยอมรับคำสอนเช่นนี้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสถามว่า ถ้ามเหสีหรือโอรสธิดาที่พระองค์ทรงรักใคร่เกิดความทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ประสบอุบัติเหตุ ประชวร หรือสวรรคต พระองค์จะทรงมีความรู้สึกอย่างไร นั่นแหละคือความรักทำให้เกิดทุกข์ ถ้ารักมากที่สุดก็จะทำให้เกิดทุกข์มากที่สุด พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เราอาศัยเมตตาธรรม คือ ความปรารถนาที่ดีงามต่อกันแทนความรัก

ยังจำได้ครั้งหนึ่งอาตมาไปประเทศอังกฤษกับหลวงพ่อจันทร์ ซึ่งเป็นลูกศิษย์อาวุโสของหลวงพ่อชา ก็ได้มีโอกาสพบโยมพ่อโยมแม่ซึ่งมาในงานเปิดวัดอมราวดีด้วย โยมพ่อโยมแม่กำลังสนใจในการฟังธรรมและการนั่งสมาธิ และมีความภาคภูมิใจที่มีลูกบวชเป็นพระ เมื่อมีโอกาสได้สนทนากับหลวงพ่อจันทร์ ท่านก็ถามว่า เป็นอย่างไร รักลูกไหม ถ้ารักก็ให้ระวัง ลูกจะพาให้ทุกข์ โยมพ่อโยมแม่ก็แปลกใจว่าทำไมหลวงพ่อจันทร์พูดเช่นนั้น ท่านก็เลยถือโอกาสแนะนำสั่งสอนว่า **เรื่องรักนี้เป็นเรื่องที่ต้องระมัดระวัง เพราะตัวทุกข์มันก็อยู่ตรงนั่นแหละ จะไม่ให้รักเลยก็คงเป็นไปไม่ได้ เพราะฉะนั้นให้พยายามในความรักนั้นให้มีความเมตตา คือ ให้ความหวังดีต่อผู้ที่เรามีความรับผิดชอบ มีส่วนเกี่ยวข้องตั้งความหวังดีเอาไว้**

หวังดีคือพยายามให้ใจของเราเข้าไปหาหลักที่เป็นกลาง อยู่กับลูกก็อยู่ด้วยความหวังดี เพราะตัวความรักนั้นมันพาให้ใจขึ้นๆ ลงๆ ถ้าได้ดังใจก็ดีใจ ถ้าไม่ได้ดังใจก็เสียใจ แต่เมตตาจะพาให้เราเข้าหาหลักกลาง ยังมีความเอาใจใส่ ยังมีความอบอุ่นอยู่ อยู่ด้วยกันก็ต้องอาศัยเมตตาธรรม แม้จากกันไปก็ต้อง

อาศัยเมตตาธรรม ตั้งความหวังดีเอาไว้ ส่วนที่เราทำได้แล้วก็เป็นบุญเป็นกุศล เป็นพื้นฐานในชีวิตในอนาคต เป็นเรื่องไม่ต้องสงสัย แม้ผู้ที่จากไปแล้วก็ดี จะเป็นใครก็ตาม เป็นพ่อแม่ เป็นลูก หรือญาติพี่น้องของเรา พยายามให้มีเมตตาธรรมตั้งไว้เสมอ ให้มีคุณงามความดีไว้เป็นเครื่องระลึกถึงคือ ความหวังดี ความหวังดีนี้เป็นความรู้สึกที่เป็นกลางๆ พยายามให้ใจของเรากลับมาสู่หลักผู้รู้มันเป็นคู่กัน

ถ้าเมตตาธรรมขาดผู้รู้ มันก็จะกลายไปเป็นความรัก
เมื่อรักแล้วมันจะหวั่นไหวได้
แต่ถ้ามีตัวผู้รู้ แม้เราจะมีความห่วง ความอบอุ่นเอื้ออารีต่อกัน
แต่เราก็จะยอมรับส่วนที่เป็นความจริง ตัวผู้รู้จะคอยตักเตือนเรา

เออ ความจริงเป็นอย่างนี้ ความถูกต้องเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างอื่นไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น เมื่อเกิดอะไรขึ้นมาที่เป็นการกระทบกระเทือนไม่ว่าจะเป็นในทางดีหรือไม่ดี ให้เรายอมรับรู้ยอมศึกษาพิจารณา ครูบาอาจารย์ผู้ที่เป็นหลักในทางพระพุทธศาสนามาแต่สมัยครั้งพุทธกาล จนถึงทุกวันนี้ ท่านเป็นหลักเป็นที่พึ่งของเราได้ ก็ด้วยอาศัยการได้เห็น และยอมรับความเป็นจริง ท่านเป็นผู้ที่เข้าถึงกระแสของธรรม หมายความว่าได้อริยคุณ เป็นพระโสดาบัน เห็นเป็นเรื่องธรรมดาที่ว่า **ยังกิญจิ สะมุทะยะธัมมัง สัพพันตัง นิโรโธธัมมันติ สิ่งใดมีความเกิดขึ้น สิ่งนั้นมีความดับไปเป็นธรรมดา มันเป็นเรื่องธรรมดาๆ ถ้าเราฟังเผินๆ ก็เป็นเรื่องที่ไม่น่าจะมีความสำคัญอะไรมากนัก แต่ว่าถ้าเรายอมพิจารณา ยอมนอบน้อมเข้ามาสู่จิตใจของเรานี้เสมอ เราจะสามารถยอมรับทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้น แม้ว่าสิ่งเหล่านั้นจะดีจะชั่วก็ตาม**

การยอมรับความจริง ทำให้จิตใจของเราปลอดโปร่ง โล่ง สบาย ไม่หวั่นไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น

เพราะเรารู้ว่าความจริงเป็นอย่างนี้ โลกเป็นอย่างนี้ ร่างกายของเราเป็นอย่างนี้ จิตใจของเราเป็นอย่างนี้ ไม่เฉพาะส่วนภายนอก ภายในก็เช่นเดียวกัน โลกทั้งโลก สังขารทั้งปวงเป็นอย่างนี้ เราควรทำใจของเราให้น้อมเข้ามาสู่จุดนี้อยู่เสมอ จึงจะเกิดความมั่นคง สิ่งที่พูดมาทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่เราทุกคนจำเป็นต้องพิจารณา เพราะว่าเราอยู่ภาวะอย่างนี้ เกิดมาเป็นมนุษย์ เราก็มีปัญหากันทุกคน คือ เกิดมาแล้วก็อยู่ในสภาวะที่ไม่แน่นอน กำหนดไม่ได้ รับประกันไม่ได้ว่าจะอยู่นานเท่าใด เราก็ต้องทำความดี เอาตัวความดีเป็นที่ตั้ง เอาตัวคุณธรรมมาเป็นที่อาศัย ทำใจของเราให้รู้เท่าทันกับสิ่งที่เราเข้าไปเกี่ยวข้อง ถ้ามีคนมาถาม มาทักทายว่า เป็นอย่างไร สบายดีหรือ เราก็ตอบว่า พอทนได้ พออยู่ได้

สำหรับวันนี้อาตมาได้แสดงธรรมมาพอสมควรแก่เวลา

ขอยุติเพียงเท่านี้

- เอวัง -







ธรรมะที่ฝากไว้

คนไทยต้องรู้จักใช้สมบัติตัวเองที่มีอยู่ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย และบรรพบุรุษได้ฝากสมบัติอันล้ำค่าไว้ สิ่งนั้นคือพุทธศาสนา ถ้าคนไทยรู้จักใช้ รู้จักนำไปปฏิบัติ คนไทยก็จะได้รับผลประโยชน์อันมหาศาล

หลักธรรมของพระพุทธเจ้า สามารถแก้ไขปัญหาได้ทุกอย่าง ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง สิ่งแวดล้อม รวมทั้งเรื่องของจิตใจ



ประวัติ

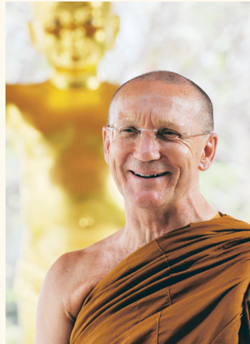
พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ) เป็นชาวแคนาดา เกิดเมื่อวันที่ ๒๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๙๒ ที่เมืองนิโตมา ประเทศแคนาดา สนใจในพระพุทธศาสนาตั้งแต่ยังเป็นนักศึกษา หลังจากจบการศึกษาแล้ว ได้เที่ยวออกหาประสบการณ์ชีวิต

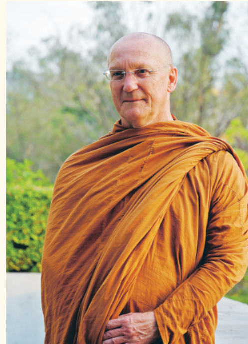
เริ่มหัดทำสมาธิภาวนาครั้งแรกที่ประเทศไทยจนกระทั่งมีศรัทธาออกบวช ได้รับการอุปสมบทเป็นพระภิกษุเมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๗ ที่วัดเพลงวิปัสสนา กรุงเทพฯ บวชได้ไม่นานก็ได้ยินกิตติศัพท์ของหลวงพ่อชา จึงเข้ามาฝากตัวเป็นศิษย์ ณ วัดหนองป่าพง

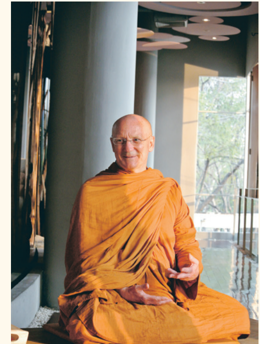
ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๕ - พ.ศ. ๒๕๓๙

วัดป่าอภัยคีรี ประเทศสหรัฐอเมริกา ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๔๐ - พ.ศ. ๒๕๖๑









พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ)

ประธานสงฆ์ วัดป่าอภัยคีรี มลรัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา

นามเดิม รีด แพรี่ (Reed Perry)

การศึกษา ปริญญาตรี ด้านศิลปศาสตร์ สาขาประวัติศาสตร์ มหาวิทยาลัยวินนิเพก ประเทศแคนาดา

พ.ศ. ๒๕๑๖ ได้เดินทางหาประสบการณ์ชีวิตในหลายประเทศโดยเริ่มต้นจากยุโรป ตะวันออกกลาง อัฟกานิสถาน ปากีสถาน อินเดีย เนปาล จนกระทั่งเดินทางมาถึงประเทศไทย เกิดความสนใจในการฝึกฝนสมาธิวิปัสสนา จึงได้เข้าอบรมกรรมฐาน ที่วัดเมิงมาง จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. ๒๕๑๗ หลังจากศึกษาคำสอนของพระพุทธศาสนาและปฏิบัติภาวนา มาได้ระยะเวลาพอประมาณ วันที่ ๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๑๗ ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ณ วัดเพลงวิปัสสนา แขวงบางขุนศรี เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร เมื่ออายุ ๒๔ ปี ในพรรษาแรกนั่นเอง ท่านได้มีโอกาสฝากตัวเป็นศิษย์ของพระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท) แห่งวัดหนองป่าพง จ.อุบลราชธานี

พ.ศ. ๒๕๒๑ พำนักที่วัดหนองป่าพง เมื่อครบ ๕ พรรษา ก็เริ่มออกธุดงค์ แวะพักตามวัดสาขาอื่นๆ ตามโอกาส ได้ปลีกวิเวกบำเพ็ญภาวนาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในป่าลึก

พ.ศ. ๒๕๒๒ หลังออกพรรษาช่วงปลายเดือนมกราคม ท่านได้ถูกเรียกตัวกลับวัดป่านานาชาติ โดยหลวงพ่อชามีความประสงค์ให้ท่านได้กลับมาฝึกฝน และเตรียมตัวขึ้นรับตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ แทนพระอาจารย์ชาคโร (Phra Ajahn Jagaro) ซึ่งจะย้ายไปสร้างวัดที่ประเทศออสเตรเลีย

พ.ศ. ๒๕๒๕ ในพรรษาที่ ๘ ท่านได้รับมอบหมายจากหลวงพ่อชา สุภทฺโท ให้ปฏิบัติหน้าที่เจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ จ.อุบลราชธานี ท่านได้ทุ่มเทท้ังกายและใจอย่างเต็มกำลัง เผยแผ่พระพุทธศาสนา อบรมสั่งสอนศิษย์และพัฒนาวัดป่านานาชาติ รวมทั้งชุมชนรอบวัด จนทำให้วัดป่านานาชาติเป็นที่รู้จักและยอมรับในหมู่ชาวพุทธ

งานพัฒนาชุมชนและสังฆพัฒนา

- เป็นศูนย์กลางการรวมตัวของกลุ่มคนที่สนใจการอนุรักษ์ป่าและพัฒนาชุมชนในเขตจังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มบุคคลคณะนี้ ได้จัดตั้งมูลนิธิพิทักษ์ธรรมชาติเพื่อชีวิต (Nature Care Foundation) โดยมุ่งให้ความรู้ชุมชนด้านสิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงชีพแบบยั่งยืน ปัจจุบันองค์กรนี้ยังคงดำเนินการเพื่อสาธารณประโยชน์อยู่
- ก่อตั้งโครงการพัฒนาชุมชนบ้านบุ้งหวาย ได้รับรางวัล “หมู่บ้านสมานฉันท์”
- ก่อตั้งโครงการปลูกต้นไม้ภายในวัดได้รับยกย่องให้เป็นต้นแบบฟื้นฟูป่าไม้ จากกรมป่าไม้จังหวัดอุบลราชธานี
- ก่อตั้งสำนักสงฆ์ขึ้น ๒ แห่ง ได้แก่ สำนักสงฆ์ภูจ้อมก้อมและสำนักสงฆ์เต่าดำ เพื่อใช้เป็นสถานที่วิเวกสงฆ์ บำเพ็ญภาวนาและฝึกอบรมพระเณรจากวัดป่านานาชาติ สำนักสงฆ์ทั้งสองแห่งนี้มิได้เป็นเพียงสถานที่สำหรับบำเพ็ญเพียรภาวนาและฝึกอบรมพระเณรเท่านั้น แต่ยังเป็นสถานที่ช่วยปกป้อง รักษาผืนป่าและระบบนิเวศตามธรรมชาติอีกด้วย อีกทั้งได้รับความคุ้มครองและสนับสนุนจากหน่วยงานทหารและกรมป่าไม้
- ปฏิบัติหน้าที่เป็นล่ามและติดตามพระเถระผู้ใหญ่ ซึ่งเดินทางไปเผยแผ่ธรรม ณ วัดสาขาต่างๆ ของวัดหนองป่าพง ทั้งในประเทศอังกฤษ ออสเตรเลีย และนิวซีแลนด์

- เป็นคณะจัดเตรียมและดำเนินการ งานพระราชทานเพลิงถวายแด่องค์พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท)
- เป็นคณะกรรมการวางระเบียบการปกครองของวัดหนองป่าพงและวัดสาขา ซึ่งมีจำนวนมากกว่า ๒๐๐ สาขา

พ.ศ. ๒๕๓๓ ก่อตั้งสำนักสงฆ์ภูจ้อมก้อม ซึ่งมีพื้นที่ติดกับ วนอุทยานแห่งชาติผาแต้ม อำเภอโขงเจียม จังหวัดอุบลราชธานี

พ.ศ. ๒๕๓๔ ก่อตั้งสำนักสงฆ์เต่าดำในเขตเหมืองเต่าดำ ซึ่งมีพื้นที่อยู่ในเขตวนอุทยานไทรโยค อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี

พ.ศ. ๒๕๓๙ ได้รับแต่งตั้งเป็นพระอุปัชฌาย์จากท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ก่อนที่จะเดินทางไปร่วมก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรี ประเทศสหรัฐอเมริกา เป้าหมายของการก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรีนี้ ก็เพื่อสร้างและพัฒนาพระภิกษุสงฆ์

พ.ศ. ๒๕๔๐ เมื่อพรรษาที่ ๒๔ พระอาจารย์ปสันโนภิกขุ (พระราชโพธิวิเทศ วิ.) ได้สละตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ และเดินทางไปมลรัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อปลายปี พ.ศ. ๒๕๓๙ เพื่อร่วมก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรี ที่ตั้งอยู่ในเขต Redwood Valley ซึ่งเป็นวัดสาขาสายหลวงพ่อชา สุภทฺโท แห่งแรกในประเทศสหรัฐอเมริกา ร่วมกับพระอาจารย์อมโรภิกขุ (พระราชพุทธิวรคุณ วิ.) อดีตรองเจ้าอาวาส วัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ ท่านอาจารย์ทั้งสองปฏิบัติหน้าที่เจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรีร่วมกันเป็นเวลา ๑๓ ปี จนปี พ.ศ. ๒๕๕๓ หลังจากที่พระอาจารย์อมโรภิกขุ (พระราชพุทธิวรคุณ วิ.) ได้เดินทางกลับไปประเทศอังกฤษ เพื่อรับตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดอมราวดี แทนพระอาจารย์สุเมโธ (พระเทพญาณวิเทศ) จากนั้นพระอาจารย์ปสันโนภิกขุ (พระราชโพธิวิเทศ วิ.) จึงปฏิบัติหน้าที่เจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรีเพียงผู้เดียวต่อมาอีก ๘ ปี จนถึงกลางปี พ.ศ. ๒๕๖๑

การเผยแผ่ธรรมในต่างแดน

พระพุทธศาสนาในประเทศสหรัฐอเมริกากำลังเติบโตเพิ่มมากขึ้นทั้งในกลุ่มบุคคลผู้สนใจทั่วไป และผู้ที่ต้องการสละชีวิตทางโลกบวชเป็นพระภิกษุสงฆ์ พระอาจารย์ปสันโน (พระราชโพธิวิเทศ วิ.) ได้อุทิศตนเพื่อการส่งเสริมให้การสนับสนุนกลุ่มบุคคลผู้สนใจพระพุทธศาสนามาโดยตลอด

- ในฐานะพระภิกษุอาวุโส ท่านได้รับหน้าที่ดูแลวัดสาขาของวัดหนองป่าพง ทางแถบทวีปอเมริกาเหนือ ซึ่งมีวัดสาขา ๒ แห่ง ตั้งอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา และวัดสาขา ๓ แห่ง ตั้งอยู่ในประเทศแคนาดา
- ท่านมุ่งเน้นการสอนกรรมฐาน และเผยแผ่ธรรมไปยังกลุ่มพุทธศาสนิกชน และบุคคลที่สนใจพระพุทธศาสนา ไปยังแถบเมืองใกล้เคียง และรัฐอื่นๆ ทั่วประเทศสหรัฐอเมริการวมทั้งประเทศแคนาดา
- จัดการฝึกอบรมการเจริญสมาธิภาวนา ร่วมกับโยคะการเผยแผ่ธรรมร่วมกับการสอนโยคะนี้ นำประโยชน์สู่องค์กรครู ผู้สนับสนุนโครงการ “การเจริญสมาธิและโยคะสำหรับโรงเรียนที่ด้อยโอกาส”
- ก่อตั้งสำนักสงฆ์ Pacific Hermitage เมืองไวท์แซลมอน มลรัฐวอชิงตัน

พ.ศ. ๒๕๕๓ ท่านได้ก่อตั้งสำนักสงฆ์ Pacific Hermitage เมืองไวท์แซลมอน มลรัฐวอชิงตัน ซึ่งเป็นสาขาย่อยของวัดป่าอภัยคีรี ขึ้นตามจุดประสงค์และศรัทธาที่กลุ่มพุทธศาสนิกชนชื่อ ‘Portland Friend Of The Dhamma’ ในเมืองพอร์ตแลนด์ มลรัฐโอเรกอน ประสงค์จะมีสถานที่ซึ่งชาวพุทธจะมารวมกันเพื่อฟังธรรมและฝึกฝนตนในการทำสมาธิภาวนา

พ.ศ. ๒๕๕๘ เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๘ พรรษา พระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันที่ ๕ ธันวาคม

พ.ศ. ๒๕๕๘ ได้รับพระกรุณาโปรดพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ราชทินนาม "พระโพธิญาณวิเทศ วิ."

พ.ศ. ๒๕๖๑ หลังจากที่ท่านทุ่มเทอุทิศตนเผยแผ่พระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่องโดยตลอด ปฏิบัติหน้าที่เจ้าอาวาสรวมทั้งสิ้น ๓๖ พรรษาทั้งที่วัดป่านานาชาติ จังหวัดอุบลราชธานี รวม ๑๕ พรรษา และวัดป่าอภัยคีรี ประเทศสหรัฐอเมริกา ๒๑ พรรษา ในเดือนกรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ ท่านได้สละตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรี เพื่อปลีกวิเวกและบำเพ็ญภาวนาอย่างสงบ โดยท่านยังพำนักที่วัดป่าอภัยคีรี ดำรงตำแหน่งประธานสงฆ์ เพื่อเป็นหลักและเป็นกำลังใจให้แก่คณะสงฆ์ที่ทำหน้าที่สืบต่อพระพุทธศาสนา โดยมีพระอาจารย์กรุณาธัมโม และพระอาจารย์ญาณิโก รับตำแหน่งเจ้าอาวาสร่วมกันต่อไป

พ.ศ. ๒๕๖๒ เนื่องในโอกาสเฉลิมพระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๑๐ วันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ ได้รับพระกรุณาโปรดพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ราชทินนาม "พระราชโพธิวิเทศ วิ."

หลังจากที่มุ่งมั่น สืบทอดคุณงามความดี ทุ่มเทแรงกายและแรงใจเผยแผ่พระพุทธศานาตามรอยพระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท) จนเป็นที่ประจักษ์ทั้งในดินแดนแถบซีกโลกตะวันออกและตะวันตกมาเป็นเวลายาวนาน

ปัจจุบัน พระราชโพธิวิเทศ วิ. (ปสันโนภิกขุ) มีอายุวัฒนมงคล ๗๐ ปี ในพรรษาที่ ๔๖ ท่านดำรงตำแหน่งประธานสงฆ์ วัดป่าอภัยคีรี และทุกวันนี้ท่านยังคงทำหน้าที่อบรมสั่งสอนศิษย์ด้วยความเมตตาที่เปี่ยมล้น อย่างต่อเนื่อง



เรียบเรียงตัดตอนบางส่วนจาก : หนังสือวิเทศธรรมบรรยาย "สายธารแห่งสายธรรม"



หนังสือธรรมะ

ภาษาไทย

• จงมาดู	พ.ศ. ๒๕๓๕
• ง่ายกว่าที่คิด	พ.ศ. ๒๕๓๙
• ความเจริญในทางที่ประเสริฐ	พ.ศ. ๒๕๔๔
• ทางแก้ทุกข์ (รวมเทศน์ย่อ)	พ.ศ. ๒๕๔๔
• พอ	พ.ศ. ๒๕๔๕
• ธรรมพ้นภัย	พ.ศ. ๒๕๔๕
• วันคืนล่วงไปๆ เรากำลังทำอะไรอยู่	พ.ศ. ๒๕๔๖
• พอดี	พ.ศ. ๒๕๔๖
• เมตตาด้วยปัญญา	พ.ศ. ๒๕๔๗
• ลิ้มรสสิ่งที่อยู่ในใจ	พ.ศ. ๒๕๔๗
• ทางเส้นเก่า ในมุมมองใหม่	พ.ศ. ๒๕๔๘
• ทางสายปัญญา	พ.ศ. ๒๕๔๘
• ๑ ทศวรรษอภัยคีรี	พ.ศ. ๒๕๔๙
• สติปัฏฐาน	พ.ศ. ๒๕๕๐
• ไม่ลืม ไม่หลง	พ.ศ. ๒๕๕๒
• ดั่งสายน้ำ	พ.ศ. ๒๕๕๒
• ต้องทำให้ต้องธรรม	พ.ศ. ๒๕๕๒

- อานาปานสติ พ.ศ. ๒๕๕๔
- ดูให้ดี มีแต่ได้ พ.ศ. ๒๕๕๔
- ธรรมดาของตาเห็นธรรม พ.ศ. ๒๕๕๕
- ทางแก้ทุกข์ (รวมเทศน์มูลนิธิบ้านอารีย์) พ.ศ. ๒๕๕๕
- ธรรมปลุกใจ พ.ศ. ๒๕๕๖
- ฝึก ๔๐ ฝน พ.ศ. ๒๕๕๖
- ใจใสเป็นบุญ ใจขุ่นเป็นบาป พ.ศ. ๒๕๕๖
- บวชแบบง่ายๆ บวชที่ไหนก็ได้ พ.ศ. ๒๕๕๗
- รสแห่งธรรม พ.ศ. ๒๕๕๘
- สายธารแห่งสายธรรม พ.ศ. ๒๕๕๘
- สงบเป็นเพราะเป็นสุข พ.ศ. ๒๕๕๘
- ฝึกจิตอย่างไรให้ไร้ทุกข์ พ.ศ. ๒๕๕๙
- ทุ่มเทให้เต็มที่ พ.ศ. ๒๕๕๙
- เกิด ดับ สลัด คืน พ.ศ. ๒๕๖๑



ภาษาอังกฤษ

- The Dhamma And The Real Word 1999
- Broad View, Boundless Heart 2001
- The Last Breath 2003
- Anapanasati : Mindfulness of In-and-Out Breathing 2005
- Viriya : Energy/Effort/Persistience 2005
- Like a River – The life of a boy named Todd 2007
- The Island 2008
- On Becoming and Stopping 2011
- Ajahn Chahs Teaching On Nature 2011
- Don’t Hold Back 2015
- A Dhamma Compass 2015
- Abundant, Exalted, Immeasurable 2016
- The Dhamma and the Real World 2016 2016
- Beneath the Bodhi Tree 2018
- A Dhamma Compass 2018



ขอบพระคุณ และอนุโมทนาบุญ

ขออนุโมทนาบุญและขอขอบพระคุณกัลยาณมิตรทุกท่านที่มีกุศลศรัทธา
สละเวลาให้คำปรึกษา ให้การสนับสนุนข้อมูลต่างๆ
ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม เอื้อเฟื้อภาพถ่ายเป็นประโยชน์ในการจัดทำ **“จงมาดู”**
หนังสือธรรมะเล่มนี้ให้สำเร็จลุล่วง เพื่อแสดงมุทิตาสักการะแด่พระราชโพธินิเวศ วิ. (ปสันโนภิกขุ)

ขอขอบพระคุณ

เจ้าภาพผู้มีจิตศรัทธาร่วมบริจาคทุนทรัพย์ในการจัดพิมพ์ทุกท่าน
ขอให้ผลบุญกุศลที่ได้ร่วมกันบำเพ็ญในครั้งนี้ จงเป็นพลวปัจจัยส่งให้ท่านและทุกครอบครัว
ตลอดจนญาติมิตร มีความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรมสืบไป

“ เราเป็นมนุษย์ เป็นผู้มีจิตใจที่สามารถรู้จักดี รู้จักชั่ว
ความสามารถอย่างนี้ เราควรที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์ ”

ABHAYAGIRI

วัดป่าอภัยคีรี

www.abhayagiri.org